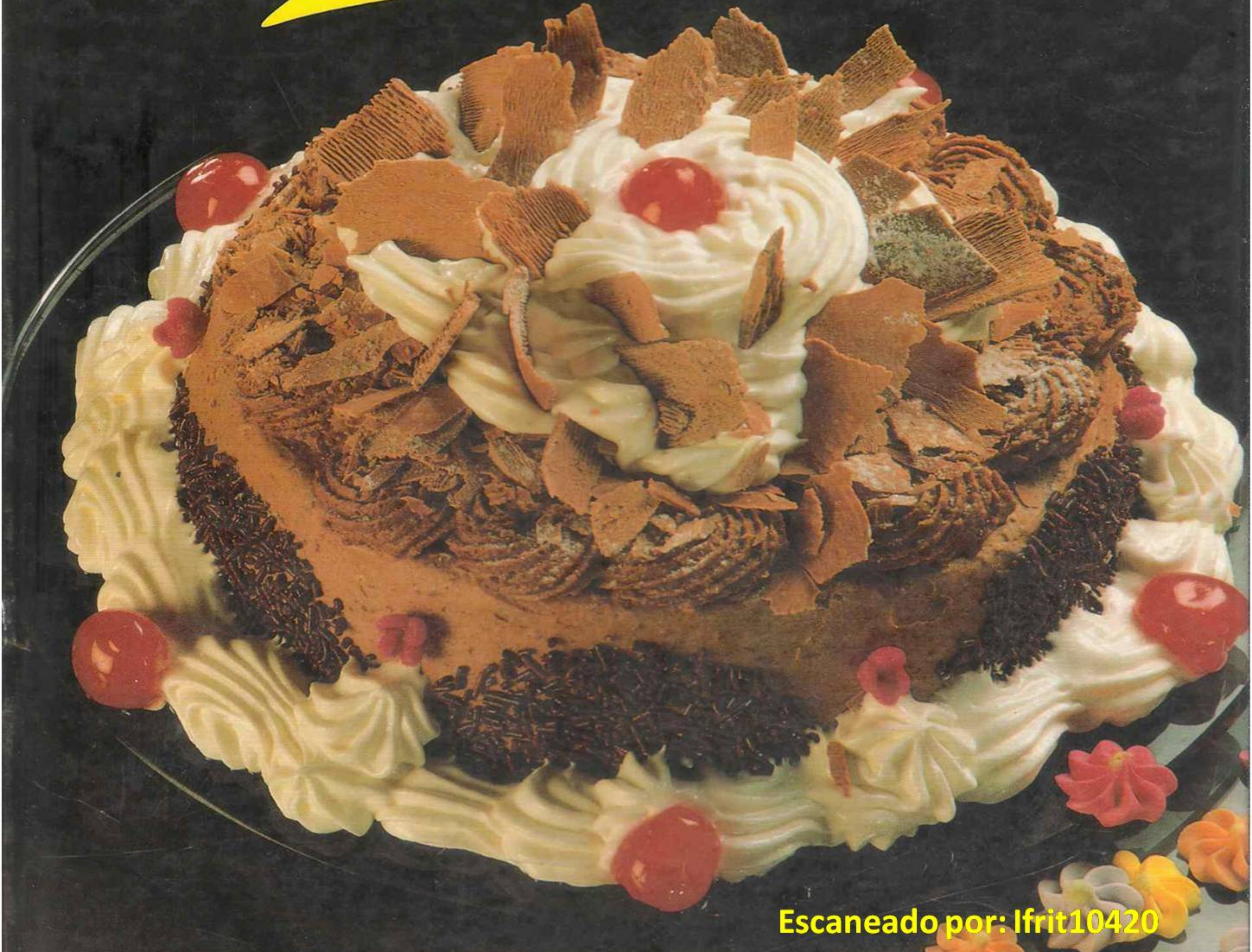
LA GRAN REPOSTERIA
Paso a Paso



Escaneado por: Ifrit10420

Para: Foro Vagos

OCEANO

LA GRAN REPOSTERIA
Paso a Paso

Volumen 1

Con la colaboración especial de:

Ignacio Urquiza, Fotógrafo

Laura Caraza Campos - Mónica Patiño,
Recetas y elaboración de los platillos

OCEANO

TABLAS DE EQUIVALENCIAS

PRODUCTO	MEDIDA	PESO
Azúcar corriente	1 pizca	1 gramo
	1 cucharadita	5 gramos
	1 cucharada	15 gramos
	1 taza	250 gramos
Azúcar glass	1 cucharadita	2 gramos
(impalpable, glacé, en polvo)	1 cucharada	6 gramos
	1 taza	100 gramos
Harina de trigo	1 cucharadita	4 gramos
	1 cucharada	10 gramos
	1 taza	125 gramos
Mantequilla	1 cucharadita	5 gramos
	1 cucharada	15 gramos
	1 taza	250 gramos
Líquidos	1 cucharadita	5 mililitros
	1 cucharada	15 mililitros
	1 taza	250 mililitros

OTRAS EQUIVALENCIAS UTILES

1 cucharadita de zumo de limón	1/2 cucharadita de vinagre
1/2 cucharadita de hierbas secas	1 cucharada de hierbas frescas
1 taza de leche	4 cucharadas de leche en polvo y 1 taza de agua
1 cucharada de harina de maíz para espesar	2 cucharadas de harina de trigo

TIEMPOS DE COCCION SEGUN LA ALTITUD

ALTITUD	TEMPERATURA DE EBULLICION DEL AGUA	CORRECCION POR HORA DE COCCION
0	100ºC	-
+500	99ºC	+1 minuto
+1000	98ºC	+2 minutos
+1500	97ºC	+3 minutos
+2000	96ºC	+4 minutos
+2500	95ºC	+5 minutos
+3000	94ºC	+7 minutos

Estos valores son aproximados y pueden variar ligeramente debido al clima local de cada región.

TEMPERATURAS DEL HORNO

	GRADOS CENTIGRADOS	GRADOS FAHRENHEIT
Temperatura baja	100º	212º
Temperatura media-baja	150º	302º
Temperatura media	170º	338º
Temperatura media-alta	190º	374º
Temperatura alta	220º	428º
Temperatura muy alta	250º	482º

Repostería

El arte de la repostería, proporciona continuamente grandes satisfacciones a los que lo practican. La presencia de tartas, pasteles, ensaladas de frutas, helados, etc., en las mesas, tanto en momentos especialmente festivos, como en una situación cotidiana, dan un toque diferente al hecho social de la comida compartida. Varios son los factores que permiten obtener buenos resultados en las prácticas reposteras. En primer lugar, es fundamental respetar las proporciones indicadas en cuanto a los ingredientes. También los tiempos de cocción y las temperaturas. Es importante señalar que no todos los hornos se comportan de igual manera y que tan sólo la práctica le dará el punto exacto que le proporcionará el éxito en la presentación de su obra de repostería. Otro punto importante a tener en cuenta es el de la calidad de los productos. Huevos frescos, harinas de calidad y bien tamizadas, frutas en perfecto estado, etc.

Realmente, las posibilidades a nuestro alcance son inmensas, y por supuesto, podemos adoptar aquellos postres deliciosos que procedentes de otros países, se han convertido en habituales en nuestra cocina, gracias a que los medios de comunicación, acortan distancias y nos permiten conocer las delicias que se preparan en otros lugares. Sin embargo, recuerde que cada operación requiere su tiempo y debe dedicársele el que sea necesario. Una recomendación a tener en cuenta, es la de tener preparados y pesados los ingredientes unos 20 minutos antes de comenzar la elaboración de la receta. De esta forma, los diferentes productos se adaptarán a la temperatura ambiente y facilitarán el trabajo. Esta recomendación no es válida en el caso del hojaldre y de la masa quebrada. Para la preparación de merengue, también es preferible que las claras de huevo estén a temperatura baja. Otro consejo conveniente, es el de lavar bien las naranjas y limones, cuando vayamos a utilizar sus cáscaras para aromatizar. En algunos casos puede haber restos de insecticidas o simplemente cera.

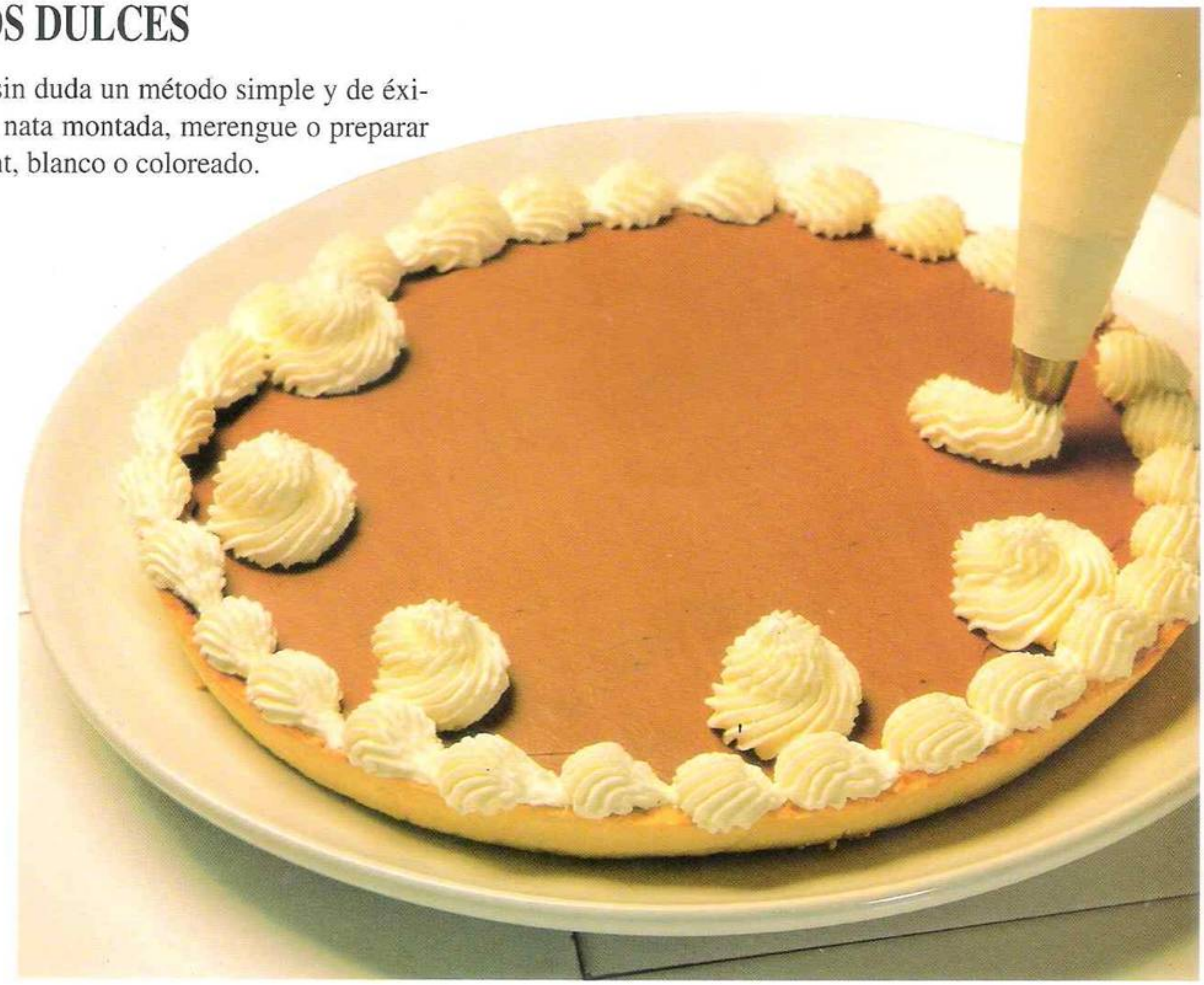
En general, es conveniente enharinar ligeramente las superficies de trabajo, así como el rodillo de amasar. También es recomendable untar con aceite o mantequilla las placas y moldes que vayan a contener masas con poca grasa. En el caso de los bizcochos, tan sólo debe engrasarse la base del molde. Y en la preparación de hojaldres, es muy recomendable rociar previamente la placa con agua muy fría.

Las recetas básicas que encontrará a continuación, le proporcionarán los conocimientos esenciales para llevar a cabo las preparaciones sin ninguna dificultad. Siga las instrucciones, y obtendrá sin duda los resultados deseados.

Felicidades

DECORACION DE LOS DULCES

La decoración de los dulces, es sin duda un método simple y de éxito seguro. Podemos decorar con nata montada, merengue o preparar una cobertura con glasa o fondant, blanco o coloreado.



DECORACION CON NATA

La nata montada destinada a la decoración, debe ser bien firme. Para obtenerla, sólo es necesario tener en cuenta que tanto la nata como el recipiente en el que se va a montar, deben estar fríos y que, una vez preparada, debe mantenerse en el frigorífico hasta el momento de su utilización, siendo aconsejable prolongar este tiempo, por lo menos 30 minutos antes de comenzar la decoración. Por último, una vez decorados los dulces, deben mantenerse también en el frigorífico hasta el momento de servirlos, para evitar que la nata pierda consistencia.

En circunstancias especiales, o si dispone de poco tiempo, puede recurrir a la nata en spray: en este caso, el dulce deberá servirse tan pronto como se haya decorado, porque la nata pierde consistencia rápidamente y se corre el riesgo de estropear el efecto estético.

Los utensilios

Para montar la nata, se utiliza un batidor de alambre o la batidora eléctrica. Para la decoración son indispensables dos utensilios: la espátula, para cubrir los dulces y nivelar la superficie y los bordes, y la manga pastelera, con boquillas de diferentes formas y diámetros, que permiten conseguir las decoraciones más variadas.

Con la espátula

La espátula se utiliza para distribuir la nata montada sobre una tarta, o sobre dulces pequeños, a fin de obtener una capa lisa y homogénea. Sobre los dulces así recubiertos se pueden realizar numerosas decoraciones, disponiendo simplemente otros ingredientes sobre la capa de nata: almendras, avellanas, pastitas, confites, praliné, etc.

Con la manga pastelera

Se puede realizar una decoración con copitos introduciendo la nata montada en una manga con boquilla rizada y presionando la manga con movimientos cortos y constantes.

Con la adición de ciertos ingredientes la nata montada puede ser coloreada, ofreciendo la posibilidad de crear agradables juegos de color. Por ejemplo, agregando unas gotas de granadina, la nata toma un color rosa, creando un bonito contraste.

Con la boquilla rizada, se pueden formar bastoncitos verticales por todo el borde de la tarta, continuar en la superficie y llegar hasta el centro, formando círculos.

Con una boquilla estrecha y rizada se puede realizar fácilmente una decoración aparentemente complicada: trazando pequeños cuadros y alternándolos con otros en dirección opuesta.

Colocando en la manga una boquilla en forma de estrella y procediendo como con los copitos, se obtienen estrellitas de nata, ideales para decorar pastelitos y postres de cuchara.

La clásica decoración de la famosa tarta Saint-Honoré, se realiza con una boquilla especial con forma de gota.

Para obtener una nata montada al chocolate, se puede agregar a la nata un poco de cacao amargo, o mejor, un poco de chocolate fondant, fundido y frío.

DECORACION CON GLASA

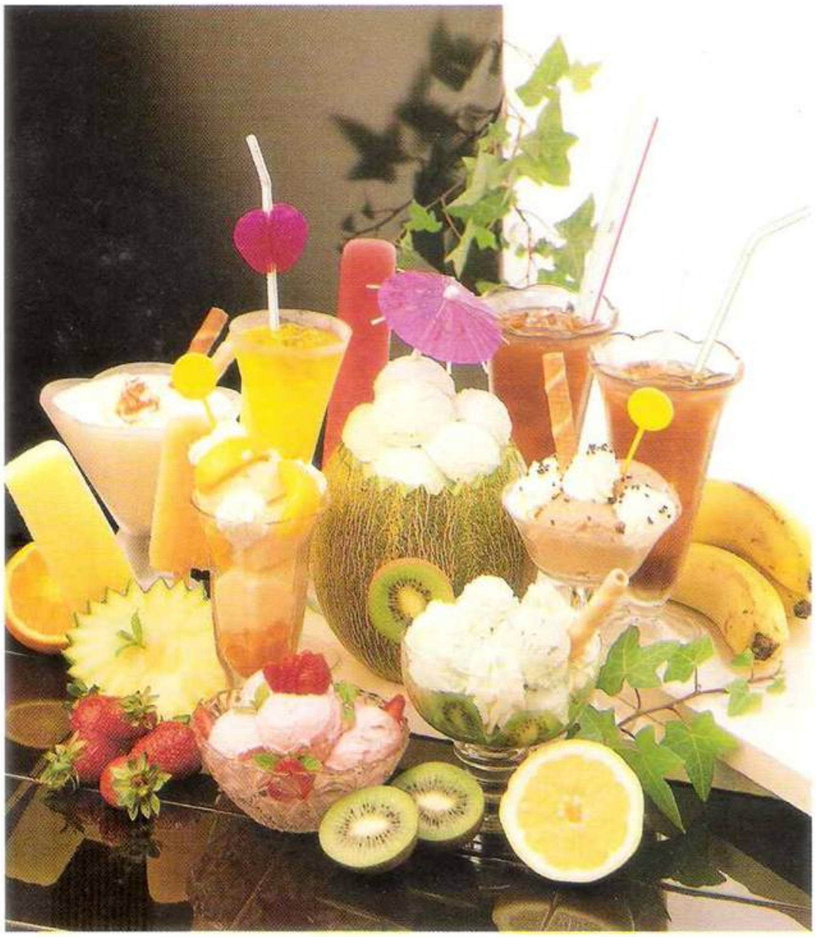
Estas coberturas son muy fáciles de preparar.

La glasa al agua se prepara simplemente, como su nombre indica, con agua y azúcar glass. Es ideal para cubrir con una capa brillante, pero muy ligera, los dulces como los savarines, rosquillas y pastelitos.

La glasa real se prepara con azúcar glass, clara de huevo y zumo de limón. La ventaja de esta glasa, con respecto a la glasa al agua, es que permite múltiples variaciones. Si añadimos colorantes de distinta naturaleza (licores, colorantes alimenticios, zumos de frutas, etc.) podremos conseguir un efecto estético sumamente agradable. También se pueden preparar decoraciones muy variadas (florecitas, letras, grecas, etc.). Simplemente tendrá que cubrir con la glasa las formas elegidas, dibujadas sobre un papel vegetal; cuando se haya solidificado, se despega el papel y se colocan las formas sobre el dulce.

DECORACION CON MERENGUE

Esta preparación a base de claras de huevo y azúcar glass, muy ligera, espumosa y crujiente, resulta un acabado perfecto para múltiples dulces, que por lo general, son introducidos después en el horno, para darles un dorado superficial.
Sin embargo, el merengue se consume también como postre, para lo que habrá que hornearlo.
Existen unas normas básicas. Es aconsejable no montar las claras en un recipiente de aluminio o cobre, ya que el metal podría transmitir un sabor desagradable. Lo ideal es utilizar recipientes de cerámica o vidrio con fondo cóncavo, para evitar que queden restos de clara sin montar. Agregue una pizca de sal a las claras antes de montarlas para facilitar la obtención del merengue.
Antes de empezar con la preparación es aconsejable tener lista la manga pastelera con la boquilla. En caso de no tener una manga pastelera, los merengues pueden hacerse con la ayuda de dos cucharas.
Un secreto... Los pasteleros dicen que para obtener merengues perfectos deben prepararse a última hora del día, encender el horno durante 1/2 hora a 100°C, apagarlo y dejarlos dentro durante toda la noche, para que se sequen.
Los merengues no deben estar en contacto con la humedad y por lo tanto no hay que guardarlos en el frigorífico, ya que perderían su textura crujiente.



HELADOS Y SORBETES

El secreto de un buen helado o sorbete hecho en casa reside en lograr la consistencia adecuada: fría y ligera, no dura y granizada, con pequeños cristales de hielo. Para evitar la formación de cristales, las preparaciones que tienen más contenido en agua deben hacerse en una heladera que les dé un movimiento constante mientras se hielan. Y, aunque las preparaciones más cremosas se pueden congelar directamente en moldes de diversas formas y de tamaños preferentemente pequeños, también es conveniente elaborarlas en la heladera.

Existen en el mercado distintos tipos de heladeras, tanto manuales como electro-mecánicas. Para un resultado óptimo deben seguirse con exactitud las instrucciones de cada fabricante, pero a continuación se indica la forma de uso habitual.

La heladera manual

Se compone de un cubo de madera grueso, dentro del cual se halla un recipiente metálico (la sorbetera, donde se introduce el preparado a helar), en el que se alojan unas aspas que giran cuando se acciona una manivela. Con tiempo suficiente para que la sorbetera se enfríe (una media hora) se ponen en el cubo hielo y sal gorda (3/4 partes de hielo por 1/4 parte de sal), alternando las capas y prensándolas bien. Se vierte la preparación para el helado o el sorbete en la sorbetera y se le da a la manivela hasta notar que el preparado se resiste a la presión efectuada: esto indica que el helado tiene una consistencia firme.

La heladera electro-mecánica

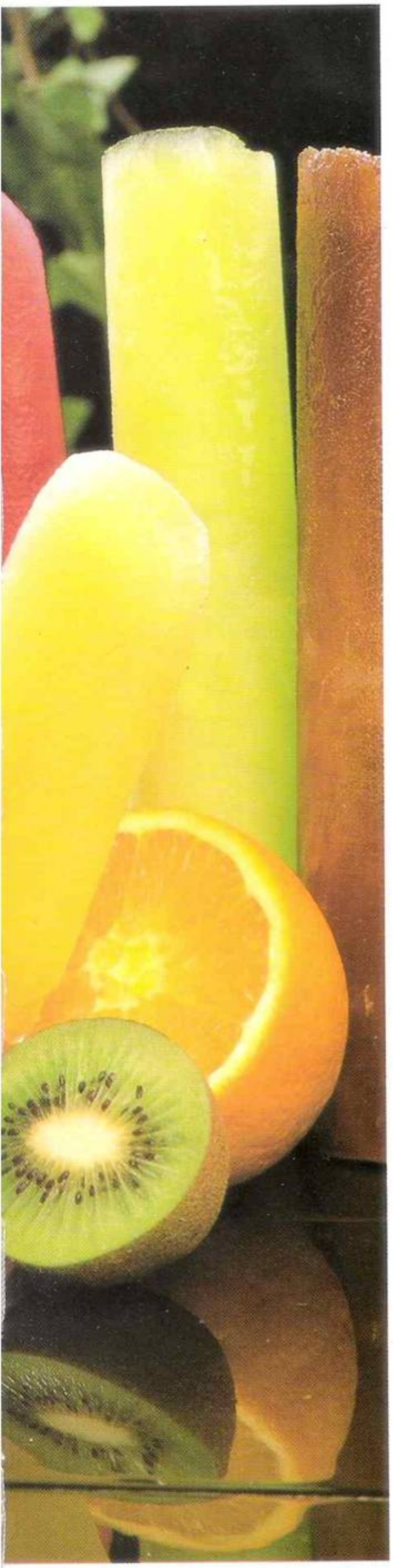
En el mercado existen diversas variedades, que pueden dividirse en dos grandes grupos: las que sólo tienen la pala giratoria automática y son introducidas en el congelador, y las que poseen un sistema de producción de frío propio. Son fáciles de usar: sólo hay que preparar la mezcla siguiendo las indicaciones de la receta elegida, verterla en el aparato, accionarlo y esperar que tome la consistencia deseada. Este tiempo variará notablemente según la composición del helado o sorbete, por lo que es aconsejable controlar el proceso para evitar que queden demasiado duros.

Sin heladera...

Aunque no se disponga de una heladera también se pueden preparar helados y sorbetes, sólo que resulta algo más laborioso: una vez mezclados los ingredientes, se introduce el preparado en el congelador y aproximadamente cada 30 minutos, se retira y se remueve enérgicamente con un batidor (manual o eléctrico), triturando todos los cristales de hielo que se vayan formando, hasta que, al cabo de varias veces de repetir el procedimiento, acabe por congelarse uniformemente.

No se recomienda servir los helados o sorbetes directamente del congelador: deben atemperarse unos minutos antes en el frigorífico. Las cucharas o los aparatos especiales para hacer bolas de helado, deben sumergirse en agua tibia antes de cada uso.

Para aquellas ocasiones en las que se desee un postre más espectacular, podemos recurrir a los soufflés, que con un poco de práctica pueden proporcionar una gran satisfacción a la persona que los prepare y un gran placer tanto visual como gustativo a los comensales.



LOS SOUFFLES

La palabra soufflé se deriva del verbo francés souffler, que quiere decir "soplar", y ello nos indica la característica que distingue a esta preparación culinaria clásica: que debe subir o hincharse para que tenga la textura ligera por la que es tan apreciado.

La base de un soufflé dulce es una mezcla de leche, azúcar y harina cocinadas hasta formar una pasta, a la que se añaden yemas de huevo y los ingredientes que le darán el sabor. A esta base, que puede guardarse durante varias horas, se le incorporan, con movimientos envolventes, claras de huevo batidas a punto de nieve fuerte con azúcar: o sea, un merengue. Lo correcto es mezclar primero una cuarta parte del merengue con la base, para que tenga una textura más ligera y sea más fácil incorporar el resto del merengue, trabajando siempre con movimientos suaves de abajo a arriba y no removiendo.

Las claras son la clave del éxito de cualquier soufflé, por lo que es de suma importancia batirlas a su punto óptimo, de forma que quede incorporada la mayor cantidad de aire posible sin que resulten grumosas o demasiado duras. Deben estar a temperatura ambiente antes de batirlas, y se les puede añadir unas gotas de limón, pues el ácido ayuda a estabilizarlas. También es esencial que los utensilios empleados para batirlas (un tazón grande y un batidor de varillas metálicas) estén perfectamente limpios y secos, pues cualquier resto de grasa o humedad dificulta el proceso de montarlas.

Cuando se prepara un soufflé, una parte muy importante es la correcta preparación del molde. Los moldes especiales para soufflé están hechos generalmente de porcelana o cualquier otro material resistente al calor, y tienen las paredes rectas y lisas. El molde se engrasa, de manera uniforme, con mantequilla y se espolvorea con azúcar; es importante que quede muy bien cubierto, pues si falta esta capa de grasa y azúcar en alguna parte, se corre el riesgo de que el soufflé se pegue ahí y suba de forma desigual. Los moldes se deben llenar hasta 1 centímetro y medio antes del borde. Es recomendable refrigerar el molde antes de llenarlo, pues es menos fácil que se pegue o queme un soufflé si se hornea en un molde que esta frío.

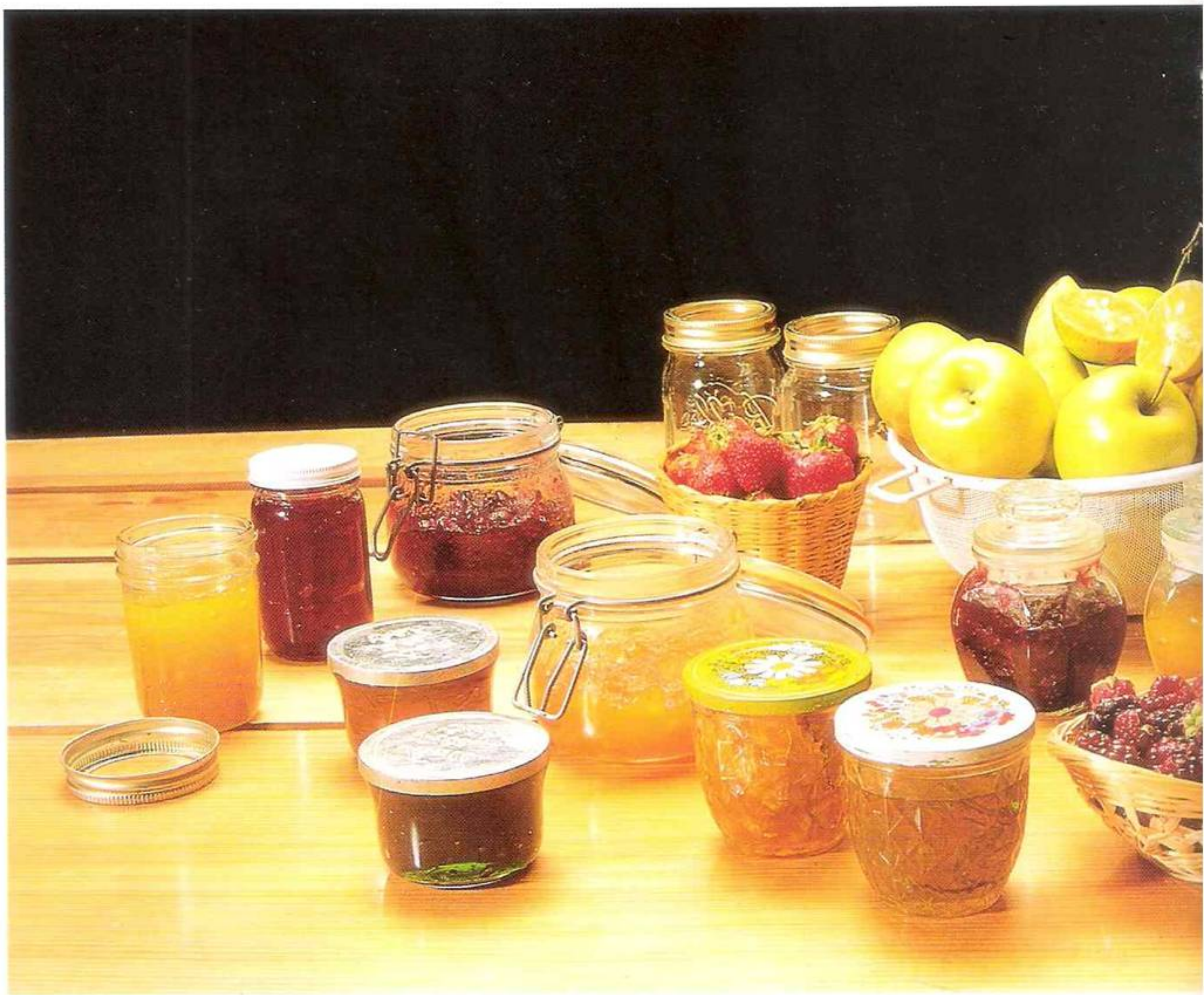
Los soufflés se deben hornear a una temperatura de unos 200°C aproximadamente, y algunas recetas indican que se horneen al baño María. En ninguno de los dos casos, se debe abrir el horno hasta que el soufflé esté listo, pues cualquier cambio brusco de temperatura puede hacer que el preparado no suba, o baje si ya se había hinchado.

Ya que un soufflé debe servirse y consumirse inmediatamente después de retirarlo del horno, es muy importante que el tiempo de cocción se coordine con el del momento en que va a servirse a la mesa. Generalmente, los soufflés se terminan espolvoreándoles azúcar glass por encima.

Los soufflés fríos

Los soufflés fríos son postres muy ligeros y cremosos, que también llevan merengue en su preparación, además de yemas de huevo, azúcar, nata líquida batida y los ingredientes que le dan el sabor. Pueden servirse en los mismos moldes que se usan para los soufflés calientes o en moldecitos individuales, siendo innecesario engrasarlos. Para que tengan el aspecto hinchado de un soufflé de verdad, se pone una tira de papel encerado o de papel aluminio grueso alrededor del molde, de forma que sobresalga unos 5-6 centímetros; se le da varias vuel-

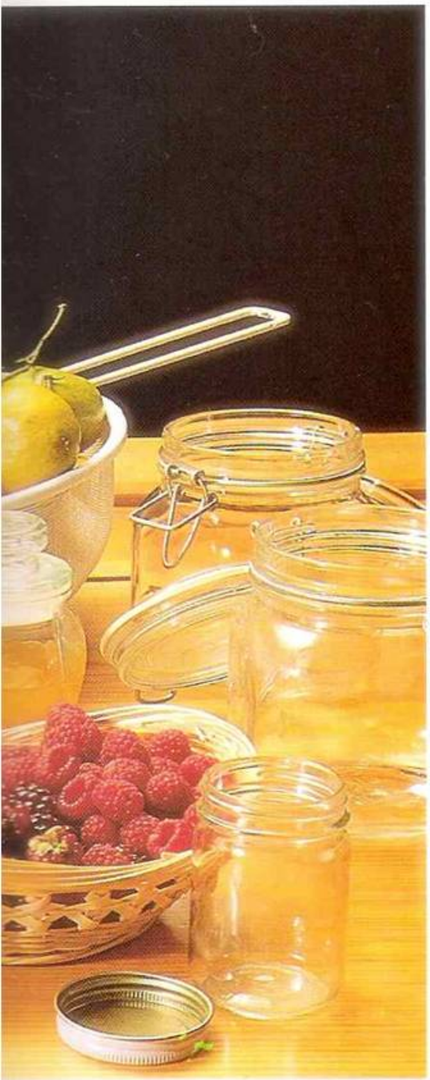
tas para que quede rígido y se amarra fuertemente con un cordón o hilo. En el momento de servir se retira la tira de papel.
Existen dos métodos básicos para preparar la mezcla de un soufflé frío: con una base de azúcar cocinada o con una base de crema pastelera. El primero consiste en calentar un jarabe, de azúcar y muy poca agua, hasta 130°C y agregarlo a las yemas ligeramente batidas; se bate esta mezcla hasta que queda blanquecina y cremosa y haya doblado su volumen, y se le añaden el merengue y la nata líquida batida. El segundo consiste en preparar una crema pastelera, que debe colarse y batirse hasta que espese, y añadirle los demás ingredientes; la ventaja de este método es que las yemas quedan apropiadamente cocidas.
Antes de llenar el molde con la preparación, pueden añadirse trocitos de fruta, frutas secas remojadas en almíbar, trozos de bizcocho, etc. Una vez llenos los moldes deben ponerse en el congelador varias horas o toda la noche; se retiran poco antes de servirlos, y se dejan en el frigorífico para que no estén duros.
No queremos concluir esta introducción a los postres, sin hablar de las frutas y sus opciones. La posibilidad de preparar en casa mermeladas, jaleas y conservas, nos permitirá tener a nuestro alcance ingredientes semipreparados, que pueden facilitar elaboraciones más complejas, y que de esta forma se convierten en operaciones simples, que se realizan rápidamente y con gran facilidad.
A continuación, daremos unas explicaciones para orientarle sobre la forma de preparar estos derivados de las frutas, que aunque siempre pueden encontrarse en los establecimientos de alimentación, no tendrán nunca ese toque personal que usted puede darles.



CONSERVAS CASERAS

Las mermeladas

Las mermeladas y las jaleas son conservas hechas con fruta y azúcar cuajadas. Una mermelada debe tener suficiente ácido y pectina para cuajarse y suficiente azúcar para conservarse adecuadamente.
La pectina es la sustancia que forma una jalea cuando se hierve con azúcar y ácido, y que cuando se enfría se cuaja. Algunas frutas son naturalmente más ricas en pectina y ácido que otras.
Tienen un alto contenido de pectina las manzanas ácidas, las moras, las ciruelas duras, los arándanos, las grosellas y todos los cítricos. Menos ricos en pectina son los albaricoques, las zarzamoras, las ciruelas suaves y las frambuesas. Frutas con bajo grado de pectina son las fresas, las cerezas, las peras, los melocotones, la piña, el melón y el ruibarbo; a éstas se les deberá agregar pectina extra para lograr buenos resultados.
El ácido ayuda a extraer la pectina de la fruta, mejorando el sabor y color del producto y previniendo su cristalización. Afortunadamente, las frutas muy ácidas tienden a ser ricas en pectina; las mermeladas que están hechas con fruta baja en pectina generalmente necesitan ácido extra, ya sea en forma de zumo de limón, ácido cítrico o tartárico o de grosella.
La cantidad adecuada de azúcar en una mermelada es vital para que cuaje y se conserve: demasiado poco azúcar, y la mermelada fermenta; azúcar en exceso, la mermelada cristaliza. Por lo tanto, siga las cantidades especificadas en las recetas.
Se debe escoger fruta madura o que le falte poco para estar bien madura (la fruta muy madura o pasada contiene menos pectina), que no esté maltratada y lo más fresca posible. Se lava bien, se limpia quitándole hojas, tallos y semillas y se pela si es necesario.
Una vez limpia, se cuece un rato antes de agregar el azúcar, para que así se ablande la piel y se libere la pectina. Algunas veces las



especias, las semillas y las cáscaras de la fruta se ponen en una bolsita de estambre y se cocinan con la fruta, para darle más cantidad de pectina y acentuar el sabor. Las frutas suaves y jugosas no necesitan agua y se cuecen rápido, mientras que a las frutas más duras es preciso añadirles agua para prevenir que se quemen y exigen una cocción previa más larga (entre 30 y 40 minutos). Hay que estar completamente seguro de que las cáscaras estén tiernas antes de añadir el azúcar, porque, de lo contrario, ésta las endurecerá. Se deja hervir la fruta a hervor fuerte, se baja el fuego y se deja hervir a fuego muy lento hasta que se reduce a una pulpa.

Equipo necesario

- Un recipiente grande y grueso de acero inoxidable, de aluminio o esmaltado.
- Cucharas de madera.
- Una cuchara perforada o una espumadera.
- Un cucharón.
- Un termómetro que dé hasta 110°C/230°F.
- Una jarra resistente al calor.
- Un plato.
- Un embudo.
- Una báscula.
- Frascos y tapas (círculos de papel encerado, o de papel celofán, y gomas, o tapas de plástico o metal para envasar al vacío).
- Etiquetas.
- Una bolsita de tela de estambre.

Prueba de la pectina

Se coloca una cucharadita del jugo de la fruta en una taza y se deja enfriar. Se le añade una cucharada de alcohol metílico y se mezcla. Se deja reposar 1 minuto y se vierte en otra taza. Si hay suficiente pectina, se formará una bola como de jalea; si hay moderada se partirá en 2 ó 3; y si es muy poca, no se formará la bola.

Si el contenido de pectina es bajo, se continúa hirviendo a fuego lento para concentrar el jugo por medio de la evaporación y se vuelve a hacer la prueba. Si el contenido de pectina es todavía bajo, agréguele un poco de pectina extra en forma de zumo de limón, de grosella o trozos de manzanas para cocinar.

Cuando la fruta esté blanda, se quita la bolsita de estambre (si la utilizó), se coloca en un plato y se exprime; el jugo que suelte se le añade a la fruta.

Adición del azúcar

Se puede usar cualquier clase de azúcar, blanco, moreno, en cubos, etc.; además, la mitad de la cantidad de azúcar puede ser sustituida por miel o jarabe para darle un sabor diferente. Sin embargo, hay que tener en cuenta que la mermelada terminada deberá contener un 65% de azúcar para que se conserve satisfactoriamente.

Como guía de cantidades, se ponen 500 gramos de azúcar por cada 500 gramos de fruta (o 350 gramos de azúcar para 500 gramos de fruta con baja pectina y hasta 750 gramos de azúcar por 500 gramos de fruta, para frutas de alta pectina).

Una vez se ha añadido el azúcar, se trabaja con cuidado hasta que quede bien disuelto y se sube el fuego para que hierva rápidamente. Es importante hacer la mermelada en un recipiente grande y alto, pues al hervir puede desbordarse el producto. Seguidamente, se empiezan a hacer las pruebas para saber si ya está. Cuando crea que está en su punto, apague el fuego mientras hace la prueba.

Para lograr el punto

Este proceso se puede hacer de varias formas:

La prueba de la cuchara de madera o de las escamas

Se introduce la cuchara de madera en la mermelada o jalea hirviendo, se retira y se espera unos segundos a que se enfríe y forme una costrita delgadita. Se ha logrado el punto correcto cuando las gotas de mermelada se escurren de la cuchara en una gota grande o va formando escamas antes de desprenderse.

La prueba del plato

Se refrigeran varios platos antes de empezar a hacer la mermelada. Cuando esté lista, se pone una cucharadita en el plato frío, se deja templar, y con cuidado, se empuja con el dedo. Si se forman arrugas, es que ya está lista.

La prueba de la temperatura
Para esta prueba es necesario un termómetro que alcance los 110°C/230°F. Se pone el termómetro en una jarra de agua caliente. Se remueve la mermelada, se seca el termómetro y se introduce en el centro de la cacerola pero sin dejar que toque o se apoye en el fondo. La mermelada estará lista cuando la temperatura marque 104°C/220°F, mientras tenga suficiente ácido y pectina.

Para llenar los envases
Mientras se hace la mermelada se preparan los tarros, que deben ser resistentes al calor: se lavan muy bien, se escurren y se colocan en una fuente de horno en un horno precalentado a 140°C/275°F.

Cómo esterilizar envases
Se lavan los frascos o tarros en agua jabonosa caliente y se enjuagan en agua bien caliente. Se ponen en una cacerola y se cubren con agua caliente. Se tapa y se hierven los frascos durante unos 15 minutos, calculándolos después de que empieza a salir el vapor. Se apaga el fuego y se dejan los frascos dentro del agua. Justo antes de que se vayan a llenar, se retiran y se dejan escurrir. Los frascos se deben llenar mientras estén calientes. Las tapas de los frascos se esterilizan durante 5 minutos (o según las instrucciones del fabricante).

Cuando la mermelada está en su punto, se apaga el fuego e inmediatamente se espuma la superficie con una cuchara de madera perforada o espumadera. Se llenan los tarros hasta el tope con la mermelada caliente, pues, conforme se enfría, la mermelada encoge un poco.
Las mermeladas que se elaboren con fruta entera se deberán dejar enfriar ligeramente antes de envasarlas, para que la fruta pueda distribuirse perfectamente en la mermelada.

Para tapar los envases
Después de llenarlos, se coloca inmediatamente sobre la superficie de mermelada un disco de papel encerado (con la parte encerada hacia abajo) y se presiona suavemente para sacar todo el aire. Se cubren los envases con celofán, y se aseguran con una goma o un cordoncito, o se pueden dejar enfriar protegidos con un trapo limpio antes de taparlos y asegurarlos. Las tapas de plástico o metal para envasar al vacío también se pueden usar, pero pueden ponerse mientras la mermelada está todavía caliente, para que no se formen hongos durante su almacenamiento.
Si se desea, se puede usar parafina derretida al baño María en lugar de los discos de papel encerado. Si se opta por esto, se debe cubrir el producto con una capa bien delgadita de parafina, dejándola secar y más tarde se pone otra capa, asegurándose de que quede muy bien cubierto el producto. Si la parafina se pone muy gruesa en un principio, al enfriarse se encoge. Se limpian los envases y se les pone la etiqueta con la fecha y el nombre de la mermelada.
La mermelada se guarda en un lugar fresco, seco, oscuro y ventilado, para evitar la formación de hongos debido a la humedad.

Las jaleas

La jalea es similar a la mermelada excepto que las frutas cocinadas se cuelan antes de hervirlas con el azúcar. El procedimiento es más largo que el de las mermeladas y rinde menos cantidad.

Para hacer la jalea

Se lava la fruta, se le quitan todas las partes dañadas o manchadas y se pesa. No es necesario quitarle los rabitos, corazones o semillas ni pelarla, pues se va a colar después; las frutas grandes hay que cortarlas en trozos pequeños. Se hierve lentamente la fruta en agua hasta que esté blanda y se hace la prueba de la pectina de la misma manera que la de la mermelada.

Para colar la fruta, se calienta la bolsa para jaleas vertiendo agua caliente en ella y se usa mientras está todavía mojada como se ha dicho; se cuelga manteniéndola abierta, y se coloca un recipiente debajo. Se vierte la pulpa de la fruta y se deja escurrir por lo menos 2 horas o de un día para otro, pero no más de 24 horas. Nunca hay que exprimir la bolsa porque la jalea quedaría turbia.

Para añadir el azúcar

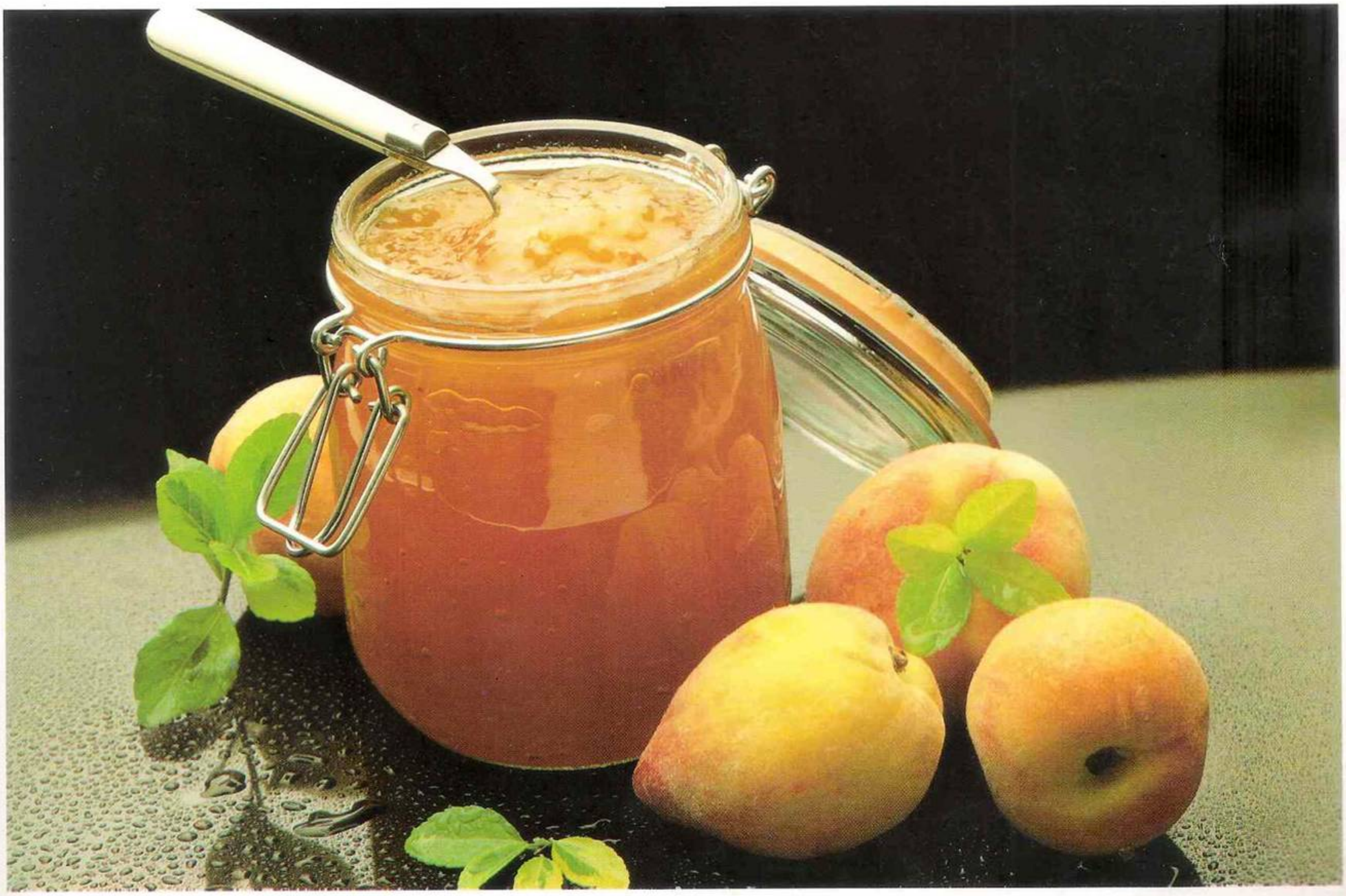
Se mide el jugo así obtenido y, por cada 2 tazas, se añade aproximadamente 1/2 kilo de azúcar. Se vierte el jugo en una cacerola y se deja que suelte el hervor. Se le añade el azúcar y se remueve hasta que se haya disuelto, luego se hierve rápidamente de 3 a 15 minutos o hasta que alcance el punto deseado, cosa que se prueba igual que con la mermelada. Al enfriarse, deberá formarse una jalea bien cuajada pero no dura.

Cuando se haya alcanzado el punto deseado, se retira del fuego y se espuma inmediatamente. Las últimas impurezas se pueden quitar pasando un papel absorbente sobre la superficie, pero esto debe hacerse rápidamente antes de que la jalea empiece a cuajar. Luego se vierte la jalea en los envases calientes, que se inclinan para evitar que se formen burbujas de aire. Se cubren y se guardan de igual manera que las mermeladas.

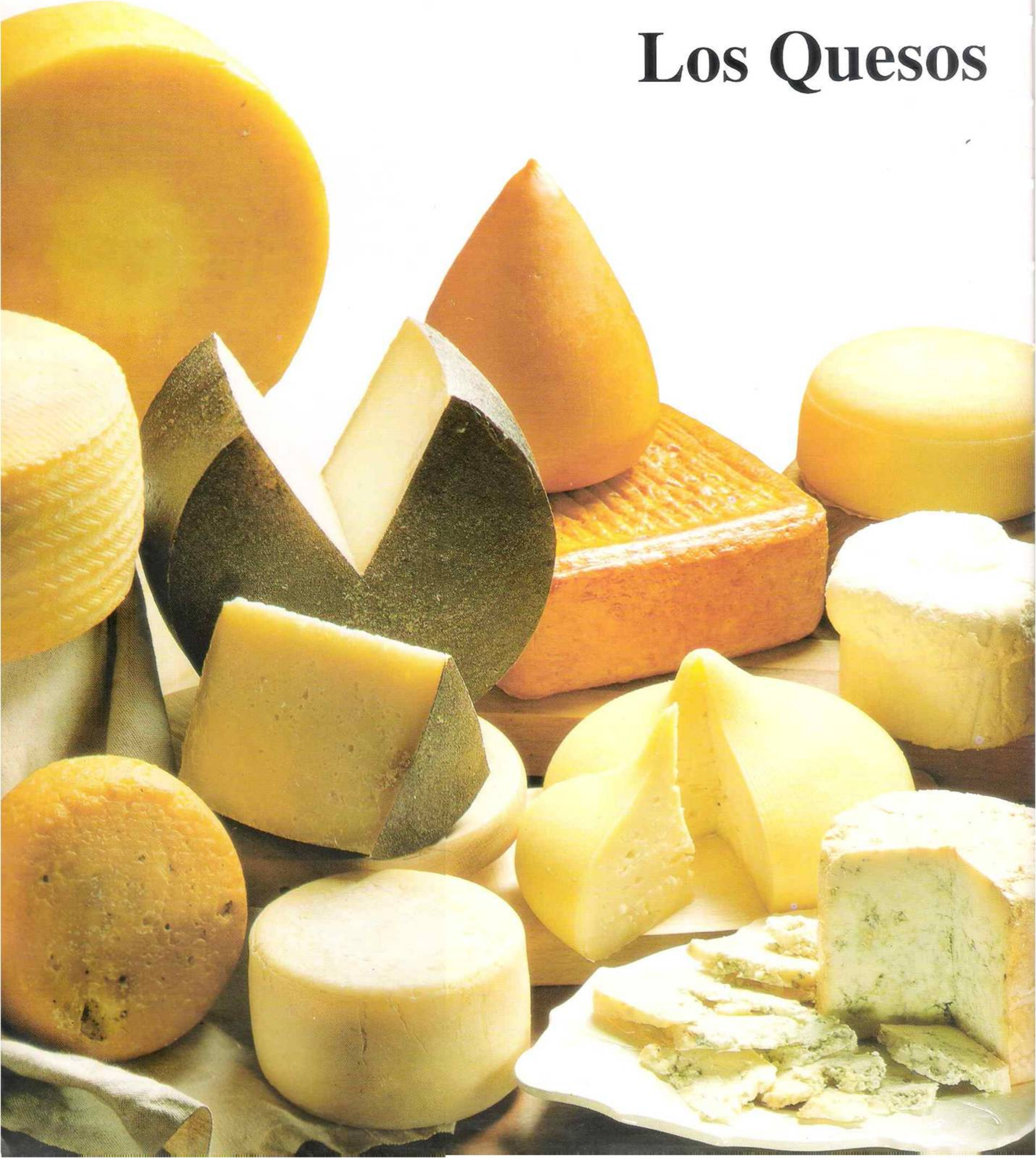
Las conservas de fruta

Las conservas se hacen con fruta entera o picada suspendida en un jarabe espeso.

La fruta, limpia y preparada, se pone en un recipiente alternando capas de azúcar y de fruta. Se deja de un día para otro, así se endurece la piel de la fruta y de esta manera no pierde su forma y el azúcar extrae los jugos de la fruta. Se hierve a fuego muy lento con el jugo hasta que se forme un jarabe espeso. Las conservas se enfrían antes de envasarlas. Estas conservas no se mantienen tan bien como las mermeladas, por lo que se deben comprobar los envases regularmente y consumirse en menos tiempo.



Los Quesos



La tradición de consumir queso como postre, o más bien como pre-postre, nos viene del extranjero, en donde tal costumbre es muy habitual y, poco a poco, va siendo acogida con gusto por algunos sectores sociales de nuestro país.

Se puede degustar una variedad de quesos de distinta procedencia y maduración o uno solo. En el primer caso, se debe comenzar por aquellos quesos más frescos, continuando por los intermedios y acabando por los más maduros. En cualquier caso, algo de pan y según los gustos, de mantequilla, son buenos compañeros para este producto. Y por supuesto que un buen vino tinto, complementa de forma ideal su ingestión.

Es prácticamente imposible ofrecer, en pocas líneas, una guía completa para distinguir un buen queso, aunque fuera limitada a los tipos más usuales. Sin embargo, pueden citarse unas reglas básicas que debe respetar cualquier consumidor amante de este sabrosísimo manjar.

Cada variedad tiene su sabor, su aroma, su textura: son los elementos que le caracterizan como tal y que no pueden explicarse por escrito. Es cuestión de tiempo y práctica: hay que probarlos y saborearlos.

En su origen, el queso no es más que una forma de conservación natural de los ingredientes alimenticios de la leche.

De una forma simple y escueta, el queso se podría definir como el producto obtenido por la coagulación y posterior separación -total o parcial- del suero de la leche. Este producto puede consumirse fresco o madurado. Sin embargo, esta lacónica y condensada definición no puede dar cuenta de la enorme variedad de aromas, sabores, texturas, aspectos y demás elementos que configuran la amplísima gama de quesos que se conocen en la actualidad. Tanta diversidad es producida por la multiplicidad de factores que intervienen en su elaboración: el animal productor de la leche, su alimentación, época del año del ordeño, métodos de separación del suero, tratamiento de la cuajada, proceso de maduración, fermentos eventualmente incorporados, tratamientos especiales, condiciones físico-químicas y biológicas del lugar donde se elabora y madura el queso, y un largo etcétera que configura la increíble variedad de productos que ofrece un elemento tan simple y familiar como es la leche de ciertos rumiantes (cabras, ovejas y vacas).

Para su perfecta conservación, los quesos deben estar en una atmósfera húmeda, bien aireada y a una temperatura que oscila entre los 6 y los 10ºC. El lugar idóneo para guardar los quesos sería, pues, una bodega que cumpliera estas condiciones. Sin embargo, muy pocas viviendas disponen de este tipo de instalaciones.

La solución puede variar según el tipo de queso y la época del año. Los quesos de pasta dura (manchego, roncal, gruyère, edam, etc.) pueden guardarse al aire libre, en un lugar fresco, excepto en las épocas más calurosas del año. Es conveniente envolverlos en papel de aluminio o en envoltorios plásticos.

El resto de los quesos sólo pueden conservarse al aire libre en épocas muy frías y si se dispone de un lugar aireado y fresco.

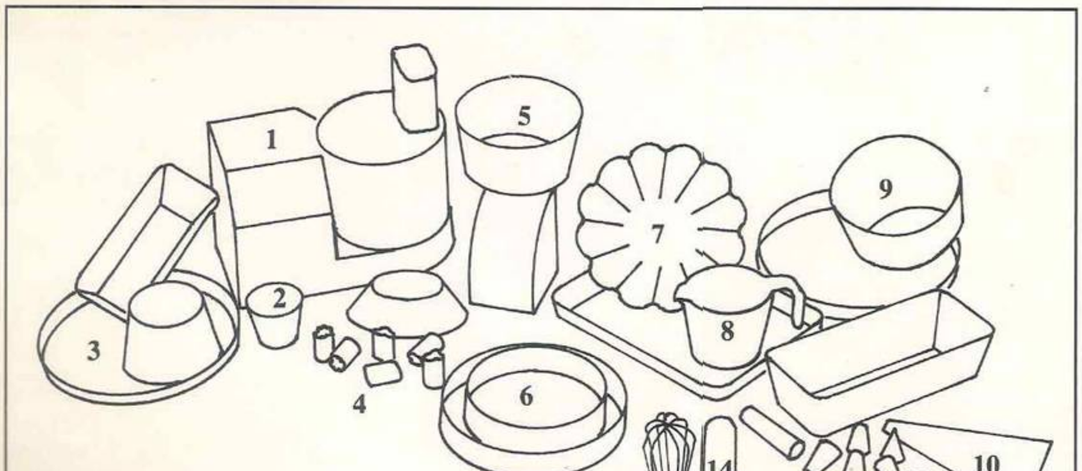
Para conbatir los efectos del calor, el mejor recurso es el frigorífico. Los quesos deben colocarse en la parte más baja del mismo, en el cajón destinado a las verduras, donde la temperatura y la humedad son las adecuadas. Los quesos frescos y los de pasta semidura deben envolverse con papel de aluminio o con plástico para evitar que se sequen. Los quesos de pasta azul se envuelven con un lienzo húmedo y después en una bolsa de plástico. Los quesos de pasta blanda que poseen un envoltorio de origen (camembert, pont-l'évêque, etc.) deben conservarse en su misma caja envuelta en un paño húmedo.

En cualquier caso, debe recordarse que los quesos se consumen a temperatura ambiente. Por lo tanto, es imprescindible sacarlos del frigorífico una hora antes de ser consumidos.

En épocas muy calurosas es recomendable comprar los quesos en pequeñas cantidades. Siempre estarán mejor acondicionados en los comercios especializados que en una casa particular.

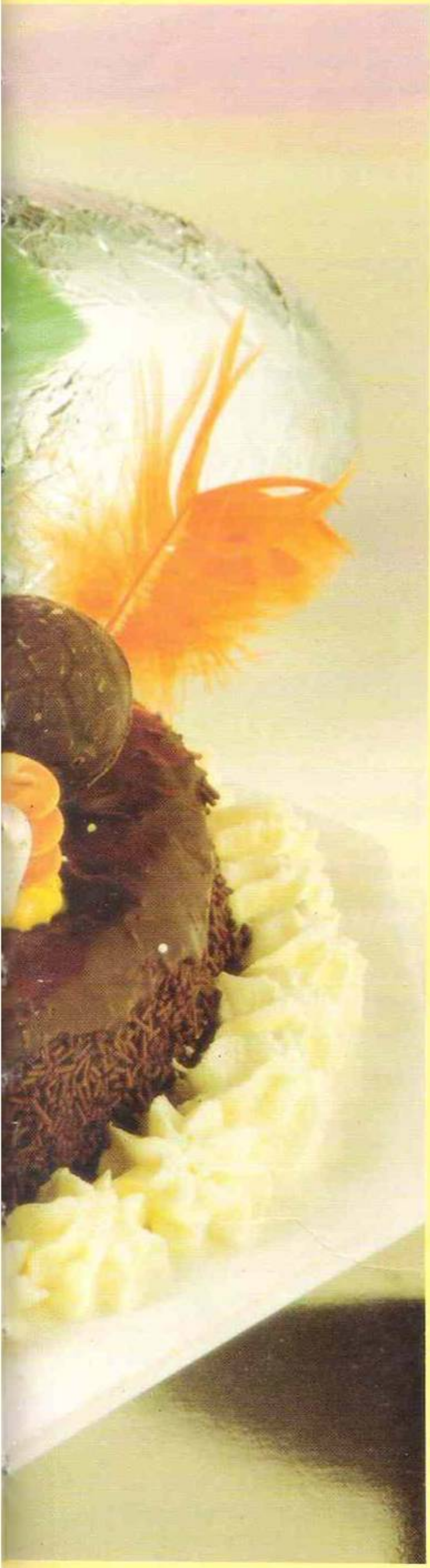
La relación de nombres y características de los quesos que se pueden consumir, podría ser interminable, ya que el desarrollo de las rutas comerciales dentro y fuera de nuestras fronteras, ha determinado una amplísima oferta, que nos permite degustar quesos procedentes de los puntos más diversos de la geografía. Poco a poco, podemos ir descubriendo aquéllos que más nos agraden y llegar a definir la selección más adecuada a nuestros gustos.

Utensilios



1 Robot de cocina
2 Moldes individuales
3 Moldes antiadherentes
4 Cortapastas
5 Peso
6 Moldes de acero inoxidable
7 Moldes de cristal
8 Medidor de líquidos
9 Moldes refractarios
10 Manga pastelera
11 Boquillas para manga pastelera
12 Moldeadores de helado
13 Espátulas de goma
14 Espátula de metal
15 Batidores de varillas
16 Cortapastas de estrella

Litros
Azúcar



RECETARIO

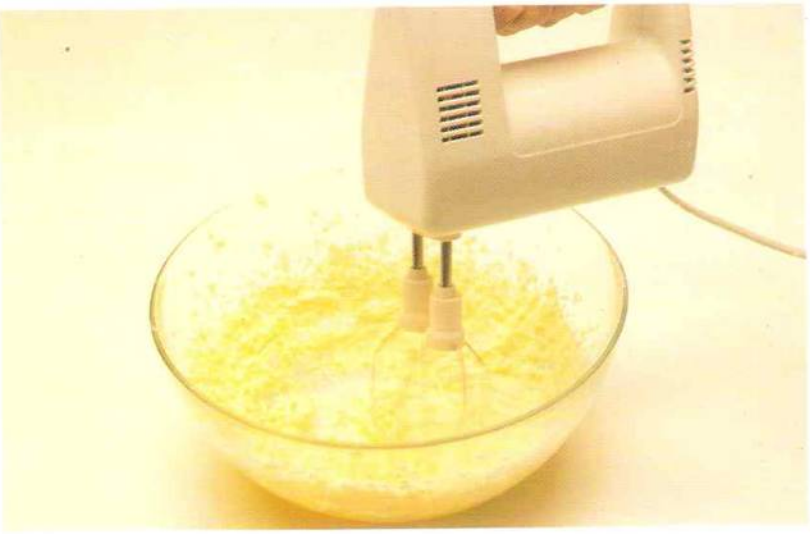
RECETAS BASICAS

A continuación, daremos unas recetas básicas para la preparación de masas y cremas para su utilización posterior.

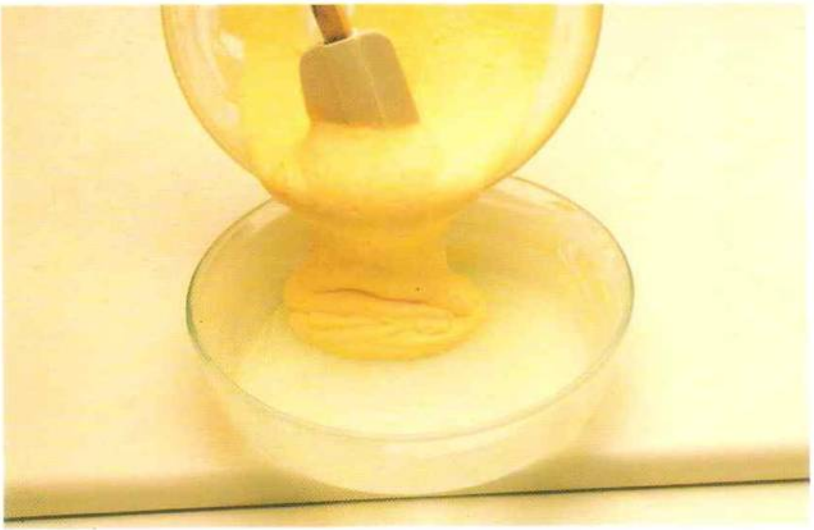
BIZCOCHO BASICO

Todos los bizcochos tienen la misma base de harina, huevos, levadura y azúcar, sin embargo quedan más sabrosos enriqueciéndolos con mantequilla. También admiten ralladura de naranja o limón, chocolate, café, etc. El molde debe ser alto para que el bizcocho no se salga al aumentar de volumen. Las cantidades que detallamos son para un bizcocho de 25 cm. de diámetro.

Vierta en un cuenco **150 g. de mantequilla** y **250 g. de azúcar** y bata enérgicamente. Quedan mucho mejor con la batidora. Agregue **6 huevos,** sin dejar de batir hasta que la mezcla esté esponjosa.



Incorpore a la mezcla **250 g. de harina de trigo,** previamente tamizada junto con **1 cucharadita de levadura en polvo (polvo de hornear),** y continúe batiendo hasta que la mezcla esté homogénea.

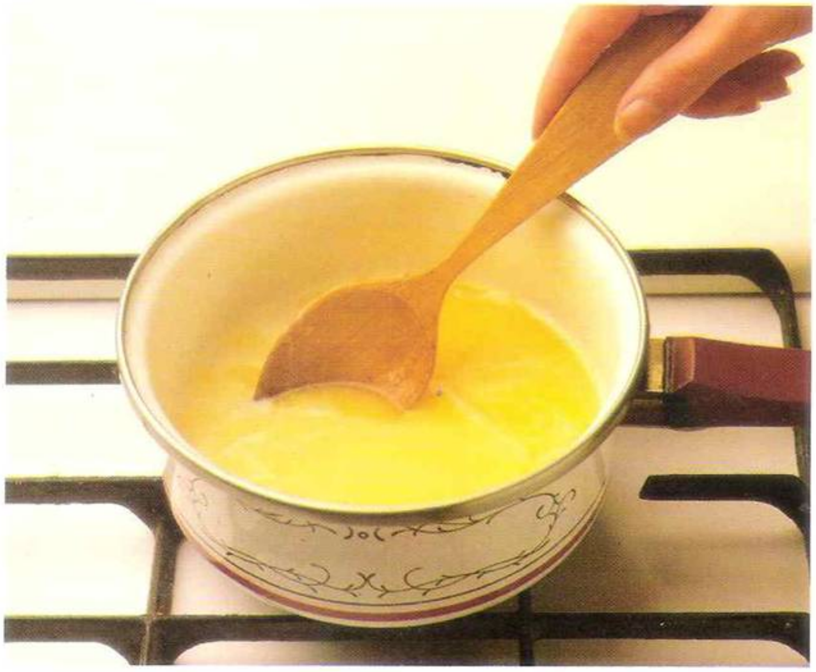


Vierta en un molde bien engrasado con **mantequilla.** La mezcla no deberá cubrir más de la mitad del molde. Introduzca en el horno, previamente calentado a temperatura media, durante 45 minutos.

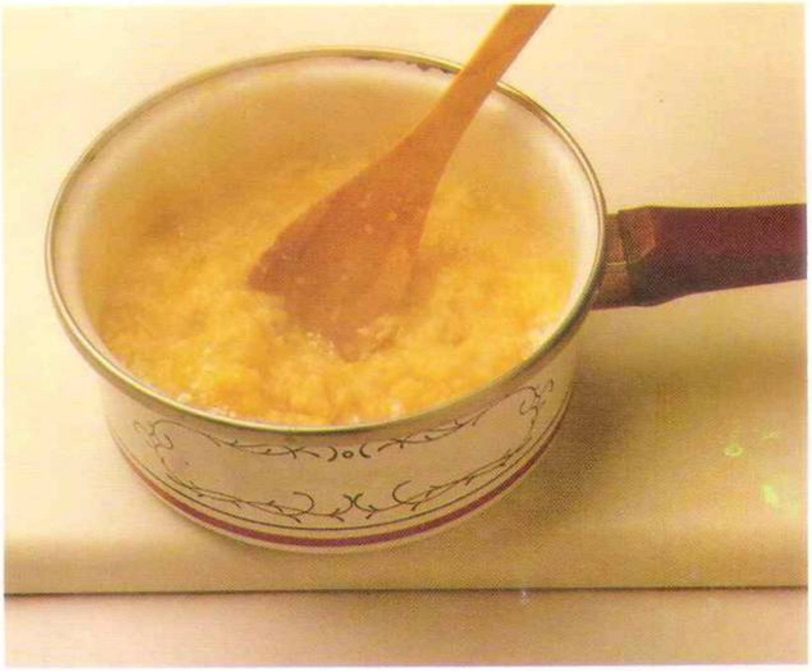
Transcurrido el tiempo de cocción, retire el molde del horno, desmolde el bizcocho y déjelo enfriar. Puede utilizarlo tal cual o como base de una tarta.

PASTA CHOUX

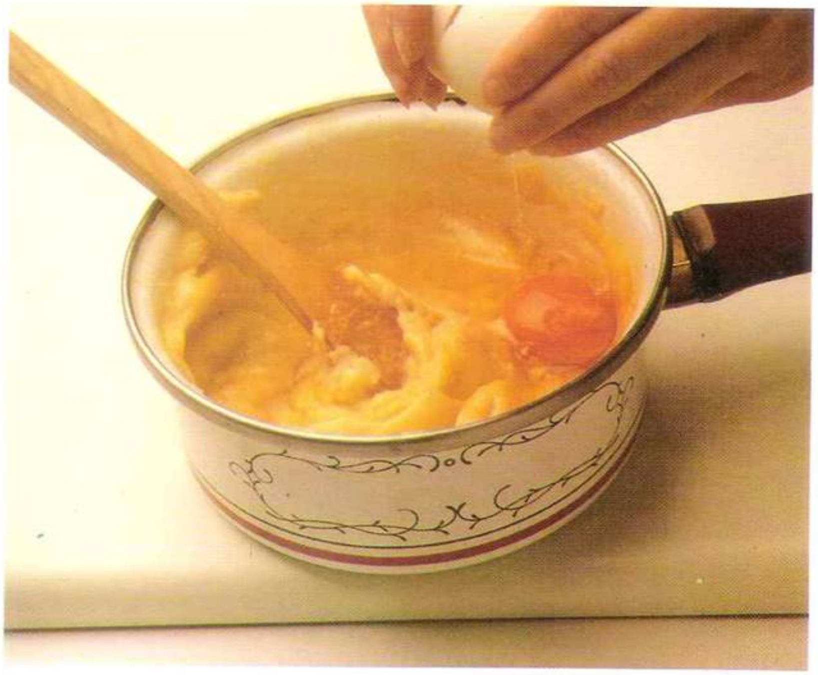
La pasta choux resulta fácil de hacer y tiene múltiples aplicaciones en repostería. Con ella no sólo puede hacer tartas o roscos, sino pastelillos tipo lionesas que admiten multitud de rellenos. Las cantidades que detallamos son suficientes para preparar un postre para 6 personas.



Vierta en un cazo **250 ml. de agua, 80 g. de mantequilla, 1/2 cucharadita de sal** y **1 cucharadita de azúcar.** Póngalo al fuego y deje que rompa a hervir.



Retire del fuego y añada, de golpe, **125 g. de harina de trigo.** Remueva enérgicamente hasta que la masa se despegue de los bordes y del fondo del cazo.

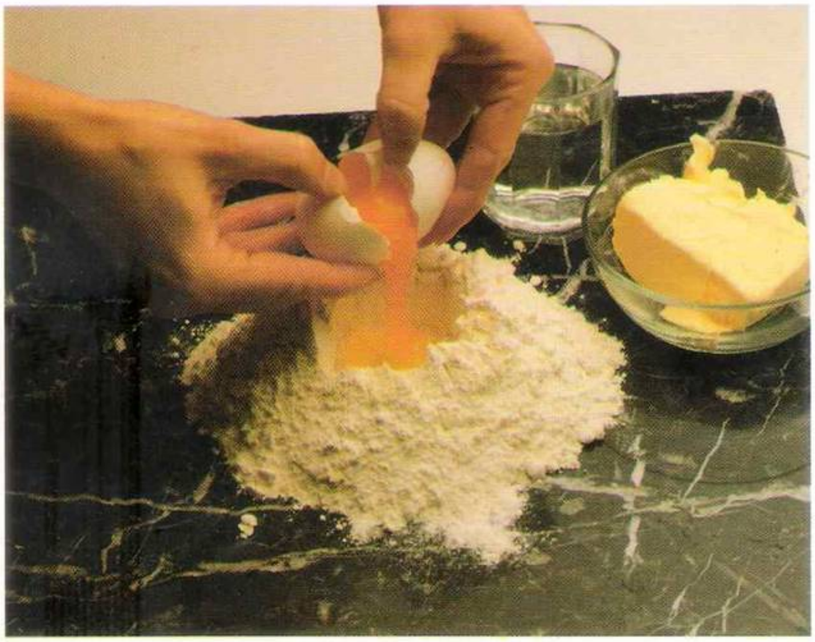


Añada **4 huevos,** de uno en uno, no agregando el siguiente hasta que el anterior esté bien incorporado en la masa. Deje reposar durante 30 minutos.

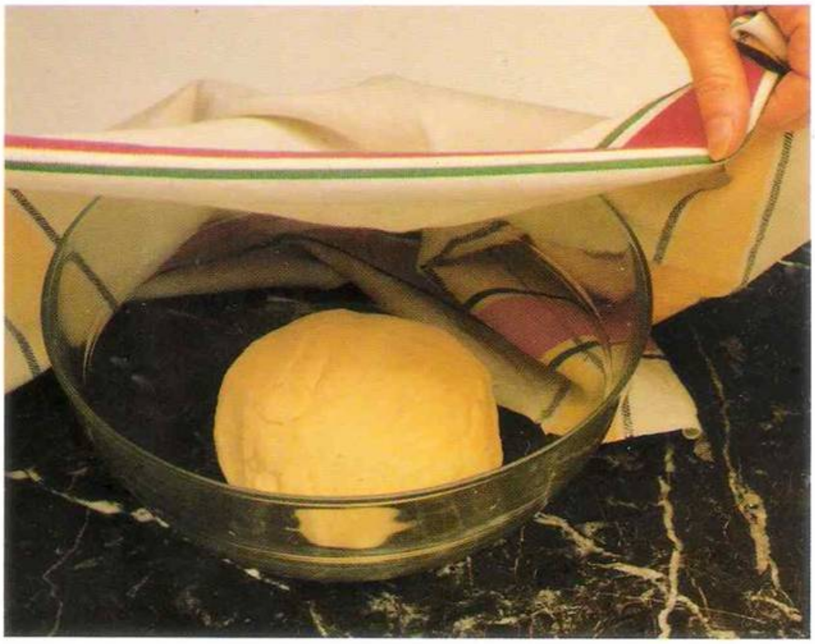
Ponga la masa en la manga pastelera y sobre una placa de horno, engrasada con **mantequilla,** prepare el dulce. Introduzca en el horno, previamente calentado a temperatura media, unos 35 ó 40 minutos.

MASA QUEBRADA BASICA

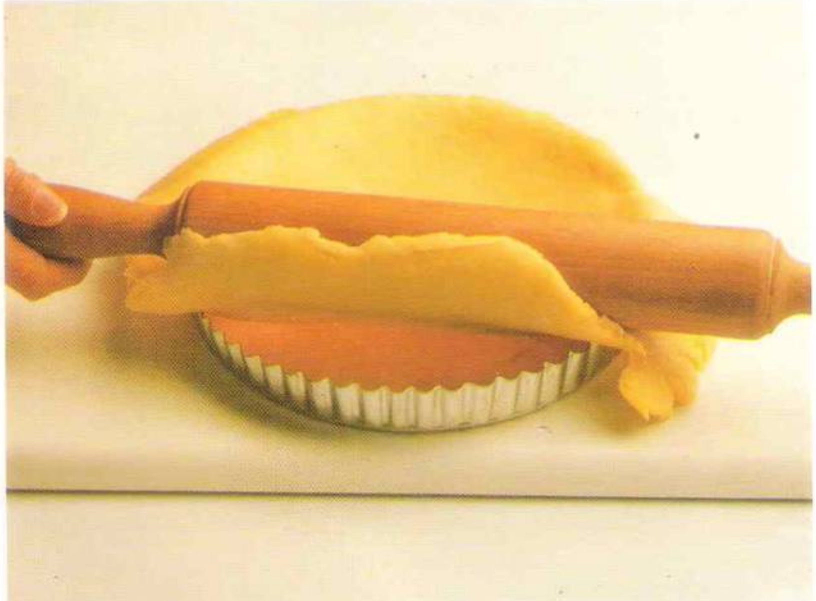
Aunque existen bastantes formas de preparar la masa quebrada, la que damos a continuación es la más tradicional. Hay que tener en cuenta que, según el relleno y la utilización que se le vaya a dar, se pueden añadir otros ingredientes, tales como ralladura de naranja o limón, licor, azúcar, e incluso algo de agua tibia, dependiendo de la clase de harina que se utilice. Las cantidades que detallamos son para forrar un molde bajo de 20 ó 22 cm. de diámetro.



Sobre una superficie de trabajo, vierta, en forma de volcán, **250 g. de harina de trigo**, añada **una pizca de sal** e incorpore **1 huevo** y **125 g. de mantequilla.**



Trabaje con los dedos, hasta formar una masa homogénea. Haga una bola, póngala en un cuenco y tápela con un paño. Déjela reposar en un lugar fresco durante 30 minutos.



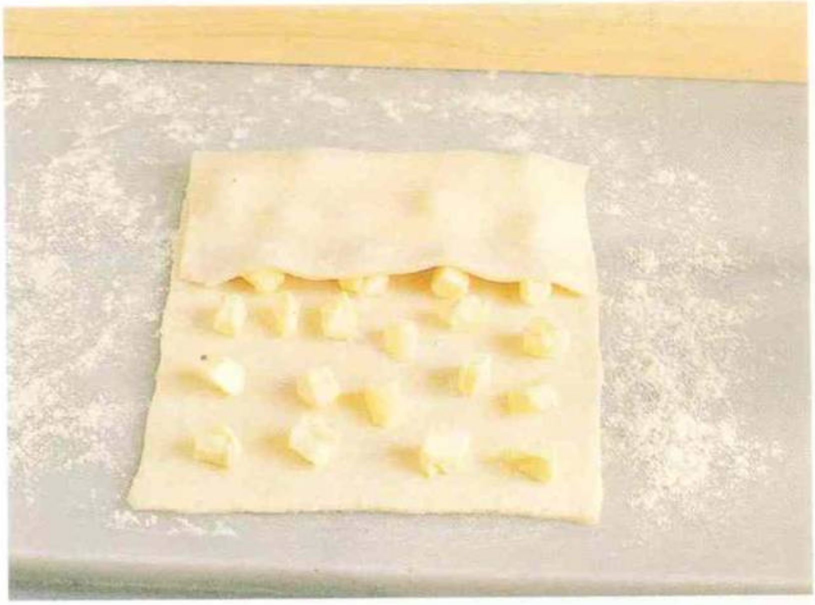
Extiéndala con un rodillo. Engrase un molde con **mantequilla** y fórrelo con la masa. Pinche toda la superficie con un tenedor. Cubra la base con papel de aluminio y éste con legumbres secas.

Introduzca en el horno, previamente calentado a temperatura media-alta, durante 25 minutos. Retire las legumbres y el papel de aluminio y hornee 5 minutos más.

HOJALDRE

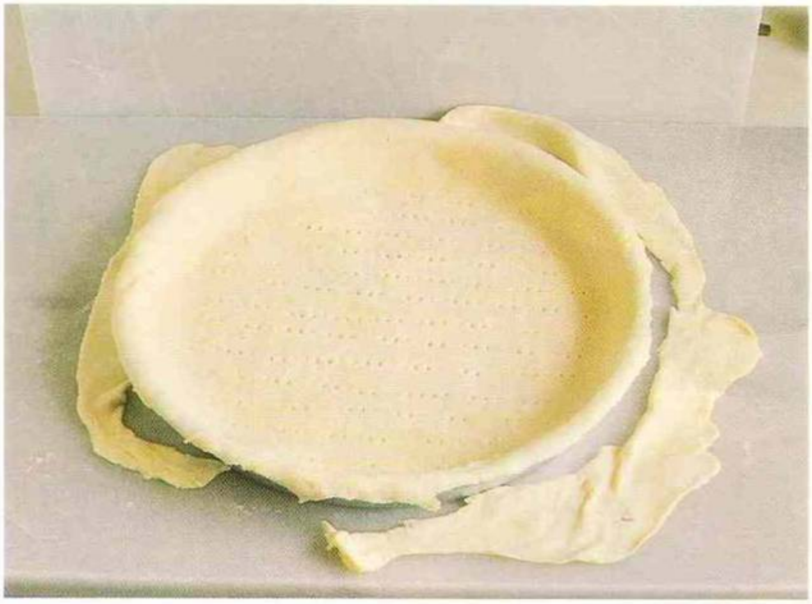
El secreto de un buen hojaldre reside en la forma de trabajarlo. La masa debe doblarse y extenderse 5 ó 6 veces, cada vez en diferente sentido, lo que hace que al hornearla quede en forma de finas hojas superpuestas. También es importante dejarla reposar unos minutos en el frigorífico entre cada operación, para que no esté demasiado blanda. Las cantidades que detallamos a continuación, son para forrar un molde de 20 ó 22 cm. de diámetro.

Vierta sobre una superficie de trabajo, **150 g. de harina de trigo, una pizca de sal, unas gotas de limón** y **3 ó 4 cucharadas de agua.** Mezcle todo bien hasta obtener una masa con una consistencia homogénea pero no demasiado blanda.



Extienda la masa, formando un rectángulo. Ponga en el centro **90 g. de mantequilla,** en pegotitos, y doble la masa en 3 partes iguales, sellando los bordes con los dedos. Deje reposar en el frigorífico 10 ó 15 minutos.

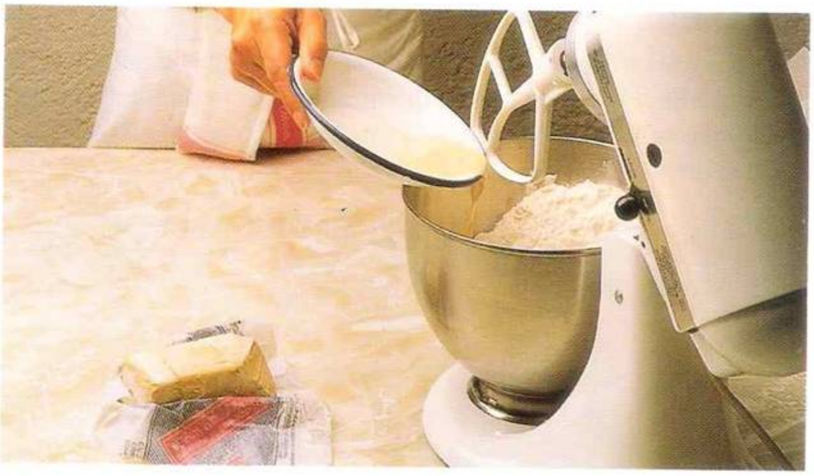
Dé un cuarto de vuelta a la masa. Extiéndala con el rodillo y dóblela igual que la vez anterior. Deje reposar en el frigorífico 10 minutos. Déle de nuevo un cuarto de vuelta y repita la operación tres veces, dándole un total de 5 vueltas.



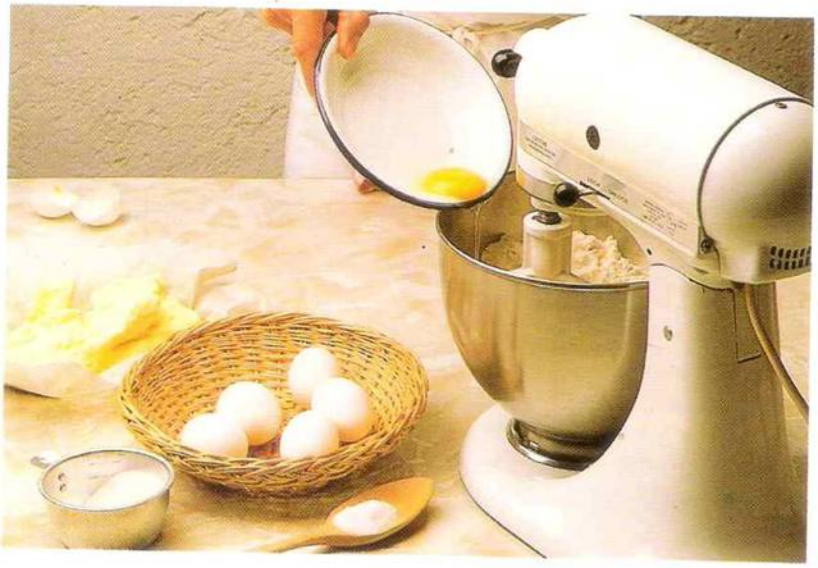
Extienda la masa y forre un molde engrasado con **mantequilla.** Pinche toda la superficie para que no suba, barnícela con **huevo batido** e introduzca en el horno, previamente calentado a temperatura media-alta, durante 20 ó 25 minutos, hasta que esté bien dorada.

MASA PARA BRIOCHE

De origen francés, la masa brioche es la masa de levadura más conocida, utilizada en muchísimas preparaciones, ya sean dulces o saladas. El cumplimiento estricto de los períodos de fermentación en su elaboración es esencial para obtener una masa brioche óptima, porque permitirá una correcta cocción y un producto más digerible. La preparación no presenta grandes dificultades, sólo es indispensable seguir perfectamente la receta base, para que el resultado sea excelente.



1. Disuelva **15 g. de levadura de panadería,** en **4 cucharadas de leche** caliente, removiendo hasta que se disuelva. Vierta **250 g. de harina de trigo** en el robot, añada la leche con levadura y mezcle.



2. Agregue **40 g. de azúcar, una pizca de sal** y **2 huevos,** mezclando todo bien.

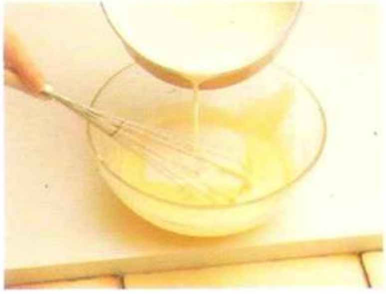
3. Incorpore a la masa, **100 g. de mantequilla,** ablandada a temperatura ambiente, poco a poco, hasta que la masa esté suave.

4. La masa estará en su punto cuando se despegue con facilidad de las manos y de las paredes del robot. Viértala en un cuenco, cúbrala con un paño y deje fermentar 30 minutos.

5. Trabájela un poco más, tápela y deje reposar en el frigorífico 2 ó 3 horas más. Colóquela en moldes o en una fuente, y deje fermentar de nuevo, a temperatura ambiente, antes de hornear.

CREMA PASTELERA

Ponga **50 g. de mantequilla** en un cazo al fuego. Cuando se derrita, añada **500 ml. de leche, un poco de cáscara de limón** y **una rajita (palito) de canela** y deje que rompa a hervir.



Bata **3 yemas de huevo** junto con **125 g. de azúcar** y **50 g. de fécula de maíz (maicena, harina de maíz)** en un cuenco. Cuando la leche comience a hervir, vaya agregándola poco a poco, a la mezcla de huevos, removiendo cuidadosamente.

Vuelva a poner en el cazo y cocine a fuego muy bajo o al baño María, removiendo en movimientos de 8 hasta que espese, pero sin cocer. Déjela enfriar y queda lista para rellenar tartas, bizcochos, etc.

CREMA DE CAFE

Bata **200 g. de mantequilla** para que esté bien blanda, e incorpore, batiendo, **200 g. de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo).**

Cuando estén muy mezclados, agregue **1 cucharadita de vainilla en polvo** y **2 cucharadas de café soluble** disueltas en **1 cucharada de agua.**

Bata muy bien hasta que resulte una crema homogénea y queda lista para utilizar en rellenos y coberturas.

CREMA DE YEMA

Vierta en un cazo **1/2 vasito de agua, 250 g. de azúcar** y **el jugo de 1/2 limón** y cocine hasta que se forme un almíbar. Diluya **1 cucharada de fécula de maíz (maicena, harina de maíz)** en **2 cucharadas de leche** y mezcle con **4 huevos** batidos.

Agregue el almíbar a la mezcla de huevos y leche. Vierta de nuevo en el cazo y ponga al fuego, sin dejar de batir hasta que espese. Añada **30 g. de mantequilla** y continúe removiendo hasta que esté bien incorporada. Deje enfriar.

CREMA DE CHOCOLATE

Prepare la crema pastelera con **25 g. de mantequilla, 250 ml. de leche, 1 cáscara de limón, 1/2 rajita (palito) de canela, 2 yemas, 60 g. de azúcar** y **25 g. de fécula de maíz (maicena, harina de maíz)** según se indica en la receta anterior.

Derrita al baño María **200 g. de chocolate sin leche** junto con **70 g. de mantequilla.** Incorpórelo a la crema pastelera, y mezcle bien, batiendo. Deje enfriar antes de utilizarla en rellenos o coberturas.

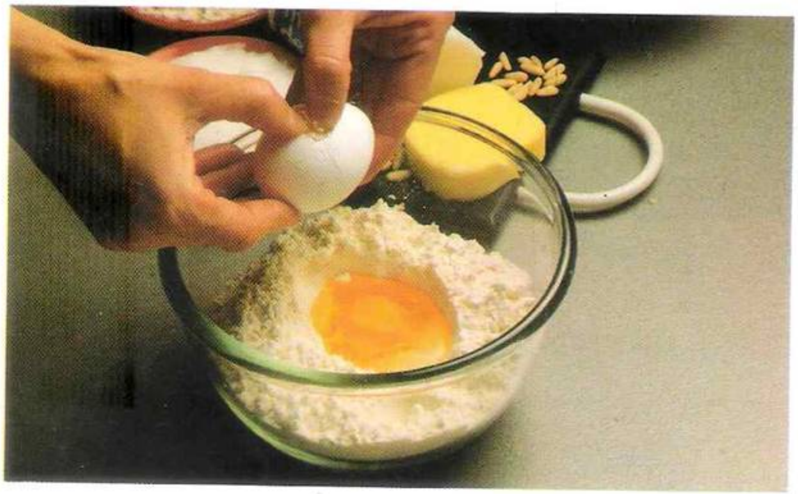
COCAS DE SAN JUAN

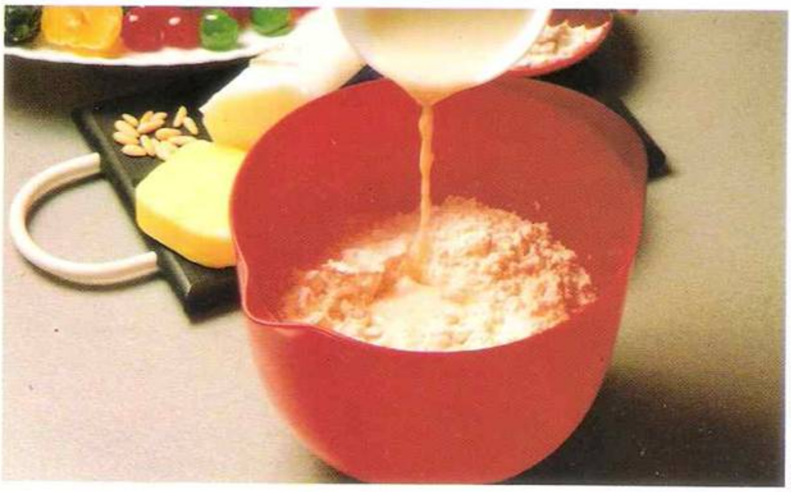
Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 4 personas

500 g. de harina de trigo
75 g. de azúcar
2 huevos
50 g. de manteca de cerdo
50 g. de mantequilla
50 ml. de leche
Una nuez de levadura fresca
La ralladura de 1 limón
1/2 cucharadita de anises molidos
1/2 cucharadita de canela en polvo (molida)
50 g. de piñones
150 g. de cerezas (guindas, picotas) confitadas
100 g. de frutas confitadas

Prepare la masa: vierta la mitad de la harina en un cuenco; déle forma de volcán y agregue los huevos, la manteca, la mantequilla, 2/3 partes del azúcar, los anises, la ralladura de limón y la canela. Trabaje con las puntas de los dedos hasta obtener una masa blanda y homogénea.
Vierta en otro cuenco la harina restante. Incorpórele la levadura, previamente disuelta en la leche caliente, y trabaje hasta que la masa esté homogénea.
Haga con ella una bola, póngala en un cuenco, tápela con una servilleta y déjela reposar en un lugar templado hasta que aumente al doble de su volumen.
A continuación, mezcle las dos masas, trabájelas con las manos y cuando resulte homogénea, divídala de nuevo en dos y extienda ambas partes con un rodillo. Déles una forma ovalada y páselas a una fuente de horno, previamente engrasada.
Pincele la superficie de las cocas con agua y distribuya las frutas confitadas, picadas, decorándolas a su gusto. Rellene los espacios libres con piñones, presionándolos ligeramente para que queden adheridos y tape las cocas con un paño, dejándolas reposar durante 2 horas hasta que aumenten de volumen.
Por último, espolvoréelas con el azúcar restante e introdúzcalas en el horno, previamente calentado a temperatura media-alta, durante 20-25 minutos, hasta que los bordes presenten un buen color dorado. Retírelas del horno, colóquelas sobre una rejilla, y déjelas enfriar totalmente, antes de servir.

Vierta la mitad de la harina junto con todos los ingredientes restantes y amase (1). En otro cuenco trabaje la harina restante con la levadura disuelta en la leche caliente (2). Mezcle las dos masas (3) y forme las dos cocas. Distribuya sobre la superficie las frutas confitadas y rellene los huecos con los piñones (4), presionándolos ligeramente para que se adhieran.


1


2

3

4

DONAS DE LEVADURA

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 18-24 piezas

25 g. de levadura de panadería
50 ml. de agua templada
150 ml. de leche templada
70 g. de azúcar
80 g. de mantequilla ablandada
1 cucharadita de sal
450 g. de harina de trigo tamizada
1 huevo ligeramente batido
Mantequilla para el cuenco
Harina de trigo para la superficie de trabajo
Aceite para freír
Azúcar y canela en polvo (molida)

Para el glaseado de chocolate:
1 cucharada de mantequilla
1 1/2 cucharadas de cocoa (cacao)
1 1/2 cucharaditas de agua caliente
1 cucharada de crema (nata) líquida
75 g. de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)

Para el glaseado blanco:
75 g. de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)
Jugo (zumo) de limón

Ponga en remojo la levadura, previamente desmenuzada, en un cuenco con el agua templada, durante unos 5-10 minutos.

Trabaje en un cuenco la leche junto con el azúcar, la mantequilla, la sal y 125 gramos de harina, batiendo enérgicamente. Añada la levadura y el huevo, mezcle bien, incorpore la harina restante y continúe trabajando hasta obtener una masa homogénea.

Unte con mantequilla un cuenco grande, vierta en él la masa y gírela dentro del cuenco para que se engrase uniformemente. Tape el cuenco con un paño de cocina y deje reposar la masa, en un lugar templado, durante aproximadamente 1 1/2 horas, o hasta que haya doblado su volumen.

Transcurrido el tiempo de reposo de la masa, presiónela con las palmas de las manos y déjela reposar durante 1 hora, o hasta que doble su volumen nuevamente.

A continuación, extienda la masa, con ayuda de un rodillo, sobre una superficie de trabajo ligeramente enharinada, hasta obtener una lámina de 1 centímetro aproximadamente de grosor; corte las donas con un cortapastas apropiado, tápelas con un paño de cocina y déjelas de nuevo en reposo durante unos 30 minutos.

Prepare el glaseado de chocolate: derrita la mantequilla en un cacito al fuego, retírela del fuego, añada el cacao, el agua y la nata, y bata enérgicamente con un batidor de varillas metálicas, hasta que el cacao esté bien disuelto y todos los ingredientes bien mezclados. Agregue el azúcar glass, pasándolo a través de un colador y trabaje con el batidor de varillas hasta obtener un glaseado con una consistencia espesa.

Prepare el glaseado blanco: tamice el azúcar sobre un cuenco y añada, poco a poco, el zumo de limón necesario para obtener un glaseado fluido y bien ligado.

Caliente abundante aceite en una sartén al fuego y fría las donas, pocas cada vez, hasta que estén bien doradas. Retírelas con una espumadera, y colóquelas sobre papel absorbente de cocina, para eliminar el exceso de grasa.

Por último, divida las donas en tres partes, bañe una parte con el glaseado blanco, otra con el de chocolate y espolvoree la tercera con azúcar y canela mezclados.

BOLLITOS DE DEVONSHIRE

Microondas: NO
Congelación: SI (sin rellenar)
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 4 personas

Para la masa:
1 cucharadita de azúcar
125 ml. de leche y agua templada mezcladas
2 cucharaditas de levadura en polvo (polvo de hornear)
200 g. de harina de trigo
1/2 cucharadita de sal
25 g. de mantequilla

Para el relleno:
150 g. de mermelada (confitura, dulce) de fresas (amiésgado, fraga, frutilla, metra)
125 g. de nata (crema de leche) montada
Mantequilla y harina de trigo para la placa

Vierta en un cuenco la leche con el agua, y disuelva en ella el azúcar; espolvoree por encima la levadura en polvo y deje reposar, en un lugar templado, durante unos 10-15 minutos.
Tamice la harina junto con la sal, vertiéndola en un cuenco aparte.
Añada la mantequilla y trabaje hasta unirla bien; incorpore la mezcla de leche, azúcar y levadura y remueva, hasta obtener una masa suave y homogénea.
Vierta la masa sobre una superficie de trabajo, ligeramente enharinada, y amásela durante unos 10 minutos o hasta que esté elástica.
Ponga la masa en un cuenco grande, tápela con un paño de cocina previamente humedecido y déjela fermentar, hasta que haya doblado su volumen.
Transcurrido el período de fermentación, vierta la masa sobre una superficie de trabajo enharinada y amásela ligeramente. Divídala en 8 partes y forme con cada parte un bollito, que colocará sobre una placa de horno previamente untada con mantequilla y enharinada. Tape los bollitos con un paño de cocina húmedo y déjelos reposar hasta que hayan doblado su volumen.
Introduzca la placa en el horno, previamente calentado a temperatura alta, y cocine los bollitos durante unos 15 minutos.
Por último, deje enfriar los bollitos, córtelos por la mitad en sentido horizontal y rellénelos con la mermelada y la nata.

HELADO DE TURRON

Microondas: SI

Congelación: SI

Tiempo de elaboración: CORTO

Para 6 personas

500 ml. de leche
250 g. de turrón de Jijona
5 yemas de huevo
50 g. de azúcar
1 clara de huevo

Desmenuce el turrón y resérvelo. Vierta la leche en una cacerola al fuego y llévela a ebullición.

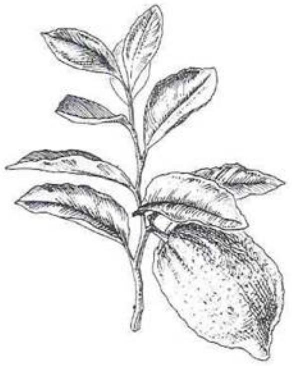
Mientras tanto, en un cuenco, bata las yemas con el azúcar hasta obtener una mezcla blanquecina y homogénea; agregue el turrón desmenuzado y vierta, poco a poco, la leche hirviendo mezclando con una cuchara de madera hasta que los ingredientes estén bien unidos. Vierta la mezcla en la cacerola y póngala de nuevo a fuego moderado; déjela calentar y retírela tan pronto como empiece a hervir; deje enfriar la mezcla completamente.

Pásela a un recipiente apropiado para la congelación e introdúzcalo en el congelador hasta que haya tomado consistencia.

Llegado este momento, monte la clara a punto de nieve bien firme; retire el recipiente del congelador, remueva la mezcla con un tenedor, incorpore delicadamente la clara montada e introduzca nuevamente el recipiente en el congelador durante unas dos horas.

Pásela a un recipiente apropiado para la congelación e introdúzcalo en el congelador hasta que haya tomado consistencia.

En el momento de servir, forme bolitas con el utensilio adecuado o con una cucharilla y dispóngalas en copas individuales o en una copa grande. Puede servir las bolitas de helado de turrón bañadas con crema de chocolate, o unos barquillos.



DULCE DE LECHE

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6 personas

1,125 l. de leche
1 rajita (palito) de canela o de vainilla
1/2 cucharadita de bicarbonato
250 g. de azúcar
80 ml. de miel
100 g. de nueces picadas (opcional)
10 g. de gelatina sin sabor

En un recipiente con capacidad para 3 litros, ponga a hervir 1 litro de leche, con la canela y el bicarbonato.
Mezcle el azúcar con el resto de la leche, en un cazo al fuego, y cocínelo, removiendo, hasta que tenga un bonito color dorado.
Incorpore esta mezcla al recipiente con la leche, agregue la miel y deje cocer a fuego lento durante 45 minutos aproximadamente, removiendo continuamente para que no se queme, hasta que tenga la consistencia de punto de hebra o cajeta (cuando comience a ver el fondo del cazo).
Retire del fuego, añada la gelatina disuelta en 2 cucharadas de agua y vierta en un molde metálico pasado por agua fría. Introduzca en el frigorífico, hasta que el dulce esté bien cuajado.
Desmolde y sirva el dulce rodeado de las nueces picadas.

CREMA DE NARANJA

Microondas: SI
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: MEDIO
Para 6 personas

3 naranjas grandes
100 g. de azúcar
100 g. de mantequilla
3 g. de gelatina en láminas
1 cucharada de jugo (zumo) de limón
2-3 huevos

Para la terminación:
150 ml. de crema (nata) líquida
La cáscara confitada de 1 naranja

Con un cuchillo afilado, corte la cáscara de naranja confitada en tiritas muy finas y resérvelas. Ponga en remojo la gelatina en un cuenco con agua fría. Lave bien las naranjas y séquelas con un paño limpio; retire la cáscara de una de ellas (sólo la parte anaranjada) y resérvela. Exprima las naranjas hasta obtener 150 mililitros de zumo, viértalo en una cacerola y agregue la cáscara reservada, el azúcar, la mantequilla troceada y el zumo de limón.
Caliente la mezcla y llévela a ebullición, removiendo de vez en cuando, hasta que el azúcar esté disuelto. Retírela del fuego, agregue la gelatina escurrida y mezcle hasta que esté bien incorporada. Seguidamente, ponga los huevos en un cuenco y bátalos ligeramente con un tenedor. A continuación, mezclando con una batidora, incorpore, poco a poco, el compuesto anterior, previamente pasado a través de un colador. Viértalo de nuevo en una cacerola al fuego con la llama muy baja. Lleve a punto de ebullición y bata enérgicamente.
Vierta la crema en un cuenco, o en cuencos individuales, y decore el dulce con la nata previamente montada y con las tiritas de la cáscara de naranja confitada.

BUÑUELOS DE VIENTO

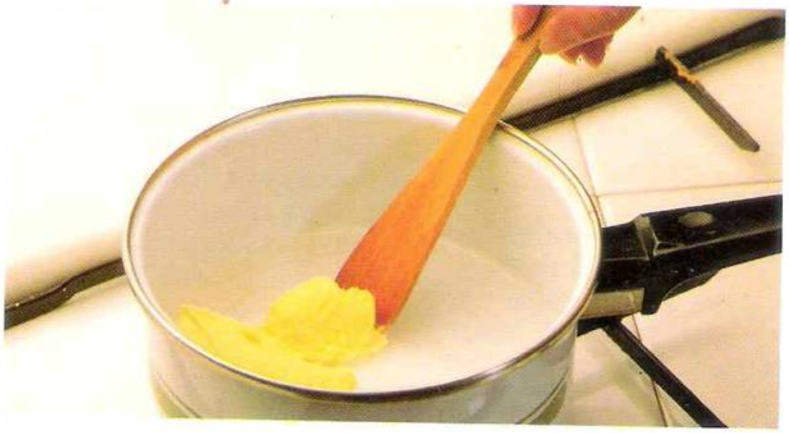
Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: MEDIO
Para 30 piezas

150 g. de harina de trigo
5 cucharadas de agua
5 cucharadas de leche
25 g. de mantequilla
2 huevos
Sal
La cáscara rallada de 1/2 limón
Aceite para freír

Para la terminación:
4 cucharadas de azúcar

Vierta en una cacerola al fuego el agua junto con la leche, la sal y la mantequilla, lleve a ebullición y añada, de golpe, la harina previamente tamizada; mezcle enérgicamente con una cuchara de madera, hasta que la masa tenga una consistencia homogénea y se desprenda de la cacerola. Retire del fuego, agregue los huevos, de uno en uno, y por último incorpore la cáscara rallada de limón.
Caliente abundante aceite en una sartén al fuego; forme bolitas de masa con la ayuda de 2 cucharitas, y vaya friéndolas en el aceite caliente pero no humeante. Deje que se doren, retírelas con una espumadera y escúrralas sobre papel absorbente de cocina para eliminar el exceso de grasa.
Por último, espolvoree los buñuelos con azúcar, y colóquelos en una fuente de servir. Si lo desea, rellénelos con crema pastelera.

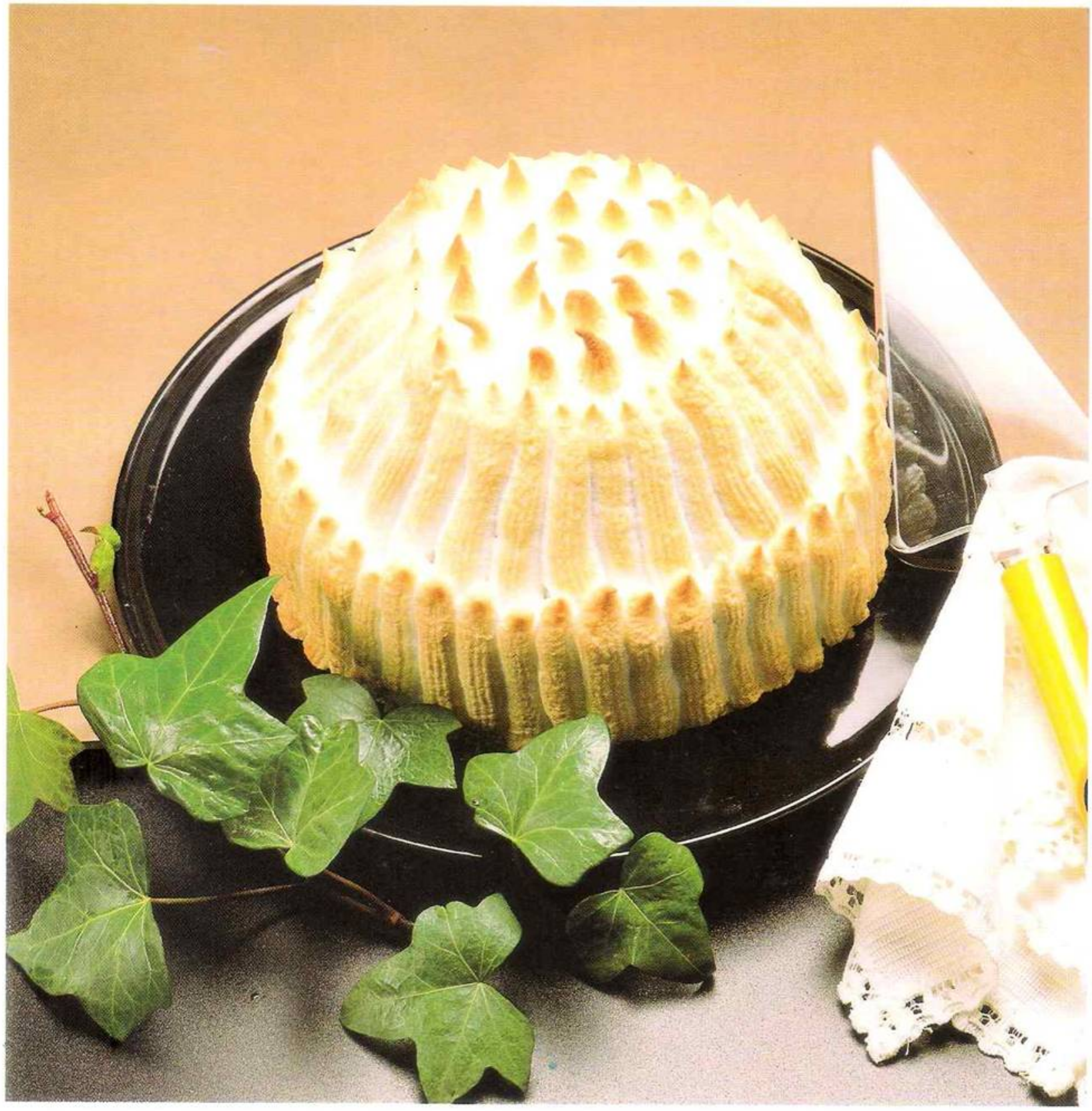
Ponga en una cacerola el agua, la leche, la sal y la mantequilla (1), agregue la harina de golpe, remueva hasta que esté bien incorporada (2), y añada los huevos, de uno en uno (3). Fría los buñuelos en aceite caliente (4).


1

2

3

4



cho sobre una rejilla y déjelo enfriar completamente.
Mientras tanto, prepare el relleno: ponga las yemas con el azúcar en un cazo al baño María y, sin dejar de batir, cocine la crema hasta que esté bien espesa. Retírela del fuego y déjela enfriar.
Ponga el bizcocho en una placa de horno, cúbralo con el cabello de ángel, formando una cúpula, y vierta encima la crema de yemas.
Monte las claras a punto de nieve bien firme, incorpóreles el azúcar y continúe batiendo. Introduzca el merengue obtenido en una manga pastelera con boquilla rizada y cubra con él el bizcocho, formando líneas verticales ascendentes, obteniendo una cúpula.
Introduzca la tarta en el horno, precalentado a temperatura media, durante unos 10 minutos aproximadamente, hasta que el merengue presente un bonito color dorado. Retírela del horno, déjela enfriar y dispóngala en una fuente de servir.

PUNTA DE DIAMANTE

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8-10 personas

4 huevos
125 g. de azúcar
125 g. de harina de trigo
La cáscara rallada de 1 limón (sólo la parte amarilla)
1 cucharadita de levadura en polvo (polvo de hornear)

Para el relleno:
6 yemas
150 g. de azúcar
500 g. de cabello de ángel

Para el merengue:
6 claras • 150 g. de azúcar

Para el molde:
20 g. de mantequilla
20 g. de harina de trigo

Unte con mantequilla y enharine ligeramente un molde de 22 centímetros de diámetro.

Seguidamente, casque los huevos en un cuenco, añada el azúcar y la cáscara rallada de limón y trabájelos, con un batidor, hasta obtener una mezcla suave y espumosa. Incorpore, poco a poco, la harina tamizada junto con la levadura, removiendo delicadamente con una cuchara de madera. Vierta la mezcla en el molde preparado e introdúzcalo en el horno, previamente calentado a temperatura media, durante 25 minutos aproximadamente. Retire el molde del horno, desmolde el bizco-

MOUSSE DE TORONJA CON SALSA DE FRESAS

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8 personas

4 yemas grandes
100 g. de azúcar
2 cucharadas de gelatina en polvo, sin sabor
2 cucharadas de agua fría
2 cucharadas de ron
170 ml. de crema (nata) líquida
250 ml. de concentrado de jugo (zumo) de toronja (pomelo, pamplemusa)

1 cucharadita de ralladura de toronja (pomelo, pamplemusa)
500 ml. de crema (nata) líquida azucarada bien fría

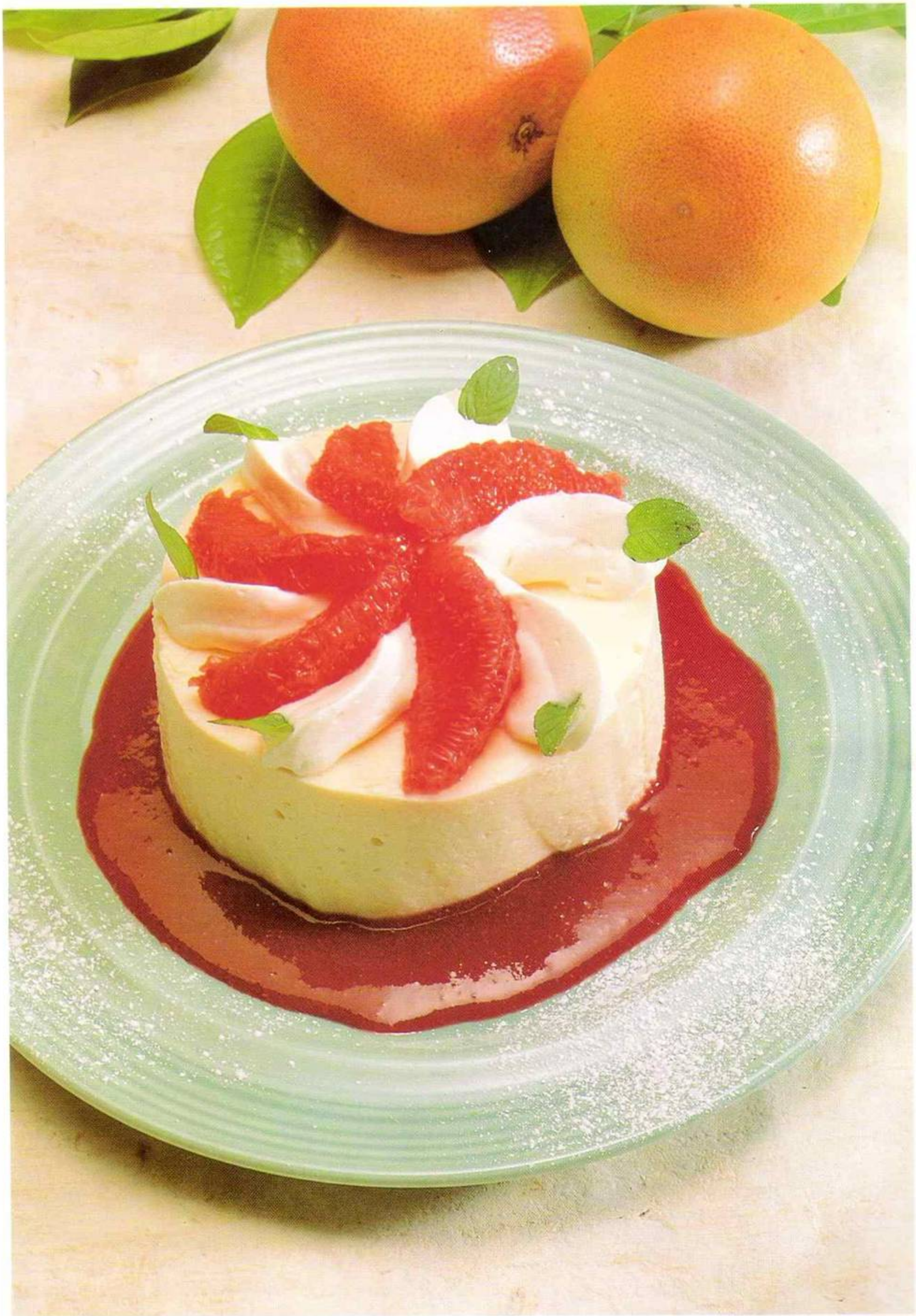
Para la salsa:
250 g. de fresas (amiésgado, fraga, frutilla, metra)
2 1/2 cucharadas de azúcar
2 cucharadas de licor de Cassis
Hojas de hierbabuena (menta fresca) y gajos de toronja (pomelo, pamplemusa) para decorar

Ponga las yemas y el azúcar en un cazo al baño María y bátalas, con ayuda de la batidora eléctrica, hasta obtener una mezcla espesa y blanquecina. Agregue la gelatina, previamente mezclada con el agua y el ron, y la nata, batiendo hasta que la gelatina se disuelva y la mezcla quede bien homogénea. Retire del fuego y añada el zumo y la ralladura de pomelo, batiendo hasta conseguir una mezcla suave y homogénea. Coloque el cazo sobre otro recipiente más grande, lleno de hielo y agua fría y vaya removiendo el preparado hasta que espese un poco y tenga una consistencia como de clara de huevo.

En un cuenco, muy frío, bata 350 mililitros de nata azucarada e incorpórela cuidadosamente a la mezcla anterior. Vierta en un molde e introduzca en el frigorífico durante 24 horas.

Seguidamente, prepare la salsa de fresas: haga un puré con las fresas, previamente lavadas y limpias, el azúcar y el licor, páselo a través de un colador de malla fina o un tamiz, e introdúzcalo en el frigorífico, hasta el momento de utilizarlo.

Por último, desmolde la mousse, adórnela con la nata restante, previamente batida, los gajos de pomelo y las hojas de hierbabuena y sírvala bien fría, acompañada de la salsa de fresas.



PASTEL DE AVELLANAS Y ZANAHORIAS

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 4-6 personas

200 g. de zanahorias
3 huevos • 125 g. de azúcar
125 g. de avellanas, picadas
2 cucharaditas de cáscara de limón rallada
50 g. de harina de trigo
1/2 cucharadita de levadura en polvo (polvo de hornear)
Mantequilla para el molde

Engrase un molde cuadrado de unos 18 centímetros de lado.

Pele las zanahorias, rállelas y péselas de nuevo, conservando sólo 125 gramos.

Separe las yemas de las claras y bata las primeras junto con el azúcar hasta que estén suaves y cremosas. Añada las zanahorias, las avellanas y la cáscara de limón rallada y mezcle bien.

Tamice la harina junto con la levadura, y agréguelas a la mezcla anterior. A continuación, incorpore con cuidado las claras, montadas a punto de nieve, y vierta la mezcla en el molde.

Seguidamente, introduzca el molde en el horno, previamente calentado a temperatura media, durante aproximadamente unos 40-45 minutos.

Por último, deje que se temple el pastel unos 2 ó 3 minutos, antes de desmoldarlo sobre una rejilla, donde terminará de enfriarse.

CONCHAS DE TE

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8 personas

4 huevos • 200 g. de azúcar
250 g. de harina de trigo
125 g. de mantequilla
2 cucharadas de leche
Mantequilla y harina de trigo, para los moldes

Unte con mantequilla y enharine unos moldecitos en forma de conchas. Funda la mantequilla en un cacito. Ponga los huevos en un

cuenco y mézclelos, sin batir, con una cuchara de madera; agregue el azúcar y remueva de nuevo. Incorpore a la mezcla, poco a poco, la harina y la leche y continúe removiendo. Vierta, en forma de hilo, la mantequilla fundida y mezcle hasta que los ingredientes estén perfectamente unidos. Deje reposar el preparado en el frigorífico durante 3 horas.
Transcurrido el tiempo de reposo, vierta la masa en una manga pastelera y rellene los moldes preparados. Introdúzcalos en el horno, precalentado a temperatura media, y cocine las conchas 20 minutos, o hasta que estén doradas. Retire los moldes del horno, desmolde las conchas y déjelas enfriar antes de servirlas.

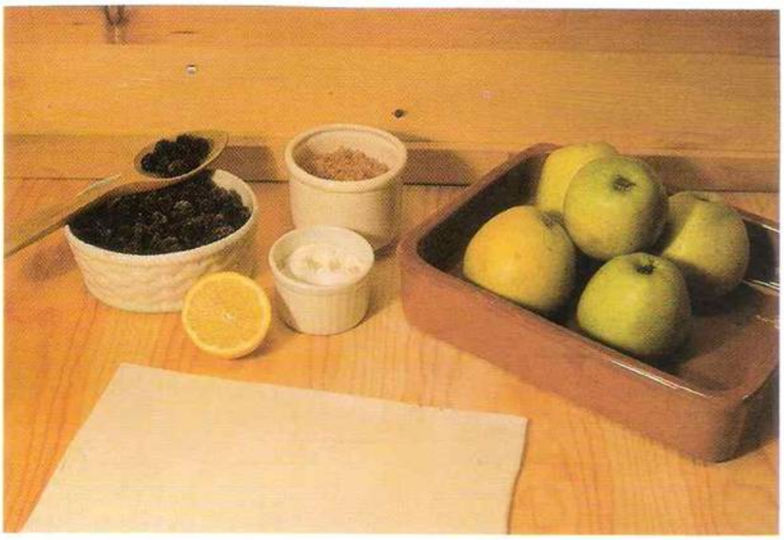
TARTA DE NUECES

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8 personas

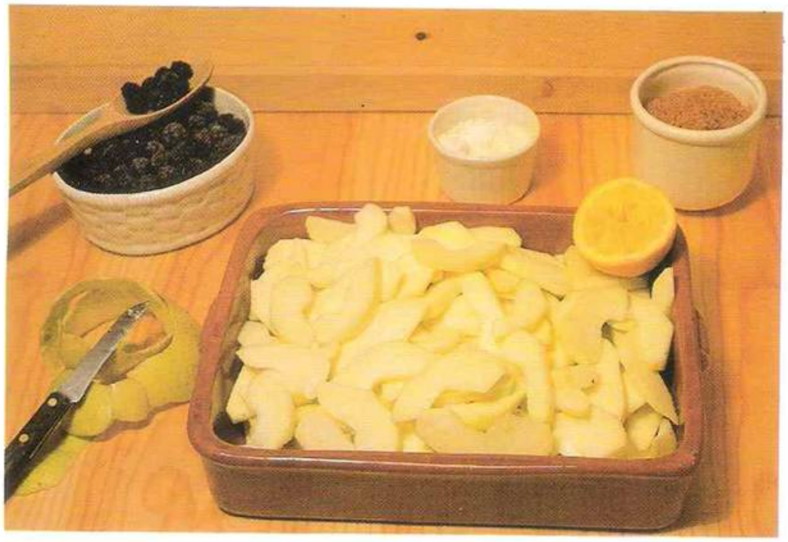
100 g. de mantequilla
250 g. de azúcar
3 huevos, separadas las yemas de las claras
250 g. de harina de trigo
3 cucharaditas de levadura en polvo (polvo de hornear)
1/2 cucharadita de extracto de vainilla
Una pizca de sal
200 g. de nueces picadas
250 ml. de leche
Mantequilla para el molde

Para el relleno:
200 g. de mantequilla • 2 claras
1/2 cucharadita de extracto de vainilla
250 g. de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)
Unas nueces para adornar

En un cuenco, trabaje la mantequilla hasta que esté cremosa, y añada, sin dejar de batir, con un batidor de varillas metálicas, el azúcar, las yemas, de una en una, y el extracto de vainilla.
A continuación, tamice la harina junto con la levadura en polvo y la sal e incorpore las nueces picadas. Vierta esta mezcla, poco a poco y alternándola con la leche, sobre el preparado anterior y remueva, hasta obtener una masa homogénea.
Monte las claras a punto de nieve e incorpórelas cuidadosamente a la masa preparada, trabajando con movimientos suaves.
Unte uniformemente con mantequilla un molde redondo, vierta en él la masa e introdúzcalo en el horno, previamente calentado, a temperatura media, durante unos 35 minutos.
Mientras tanto, prepare el relleno: trabaje la mantequilla hasta que esté cremosa, añada el extracto de vainilla y las claras de huevo y remueva para mezclar bien; incorpore, poco a poco, el azúcar glass y bata enérgicamente hasta obtener una crema homogénea.
Transcurrido el tiempo de cocción del bizcocho, retírelo del horno y déjelo enfriar antes de desmoldarlo.
Seguidamente, corte el bizcocho, en sentido horizontal, en dos capas del mismo grosor. Coloque una de las capas sobre una fuente de servir, vierta por encima la crema preparada (reservando aparte un poco para la decoración), extiéndala, con una espátula, en una capa uniforme y cubra con la otra capa de bizcocho.
Por último, vierta la crema reservada en una manga pastelera con boquilla rizada, forme un copito de crema en el centro de la superficie de la tarta y otros ocho alrededor del borde formando corona, y coloque sobre cada copito de crema media nuez.

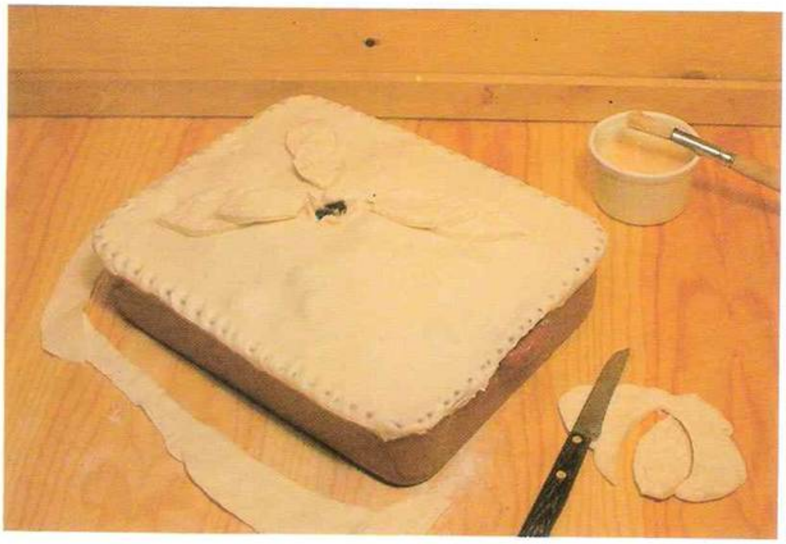


1



2

3



4

TARTA DE MANZANAS Y ZARZAMORAS

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6-8 personas

Para el hojaldre:
100 g. de harina de trigo
50 g. de mantequilla
Una pizca de sal
2 ó 3 cucharadas de agua
Unas gotas de limón

Para el relleno:
4 ó 5 manzanas reineta
200 g. de zarzamoras
2 cucharadas de fécula de maíz (maicena, harina de maíz)
El jugo (zumo) de 1/2 limón
8 cucharadas de azúcar moreno (negro)
1 huevo batido
Crema (nata) líquida para acompañar

Prepare la masa de hojaldre, siguiendo las instrucciones de la página 27. Extienda la masa sobre una superficie de trabajo y déle forma de rectángulo.

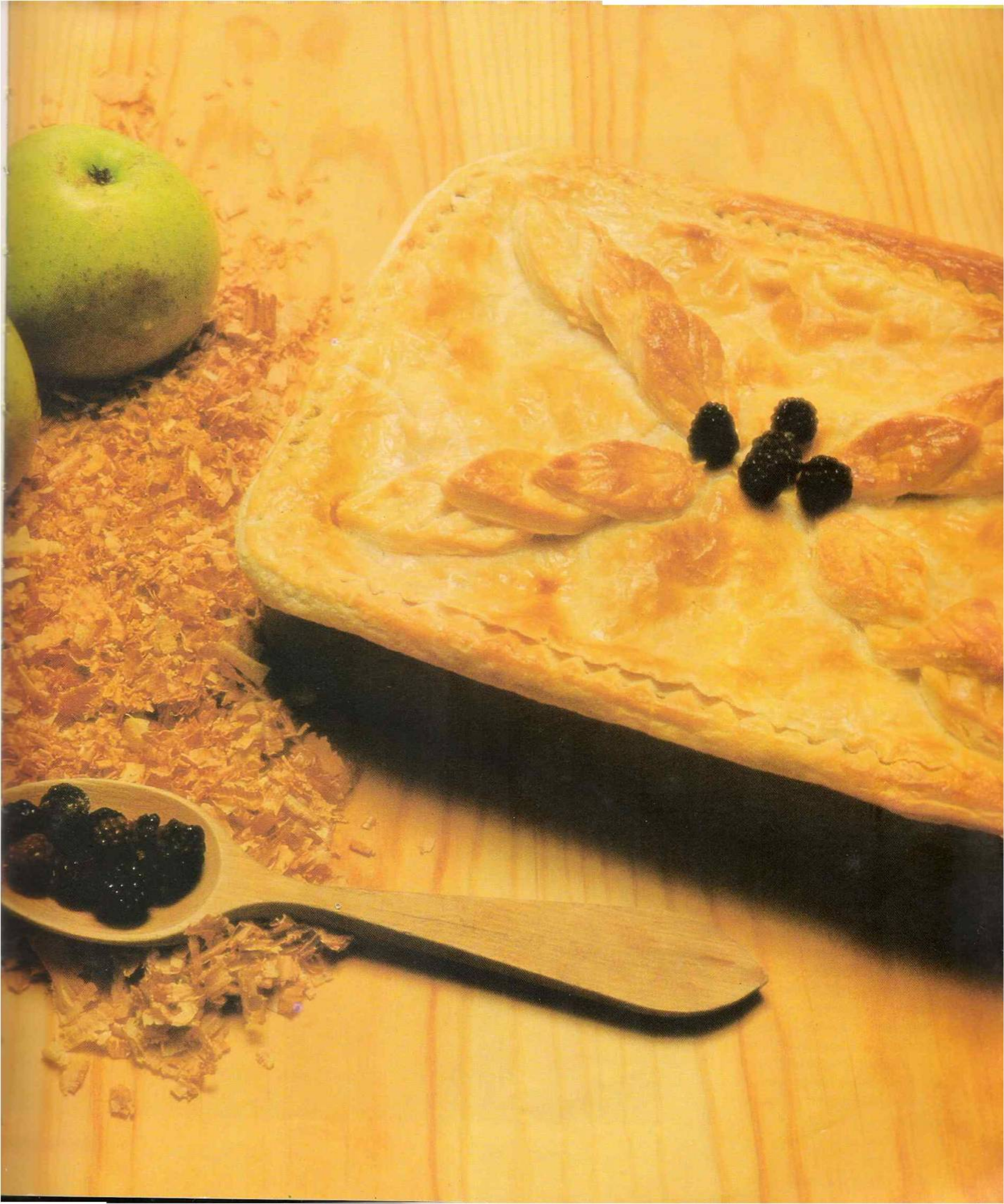
A continuación, pele las manzanas, quíteles el corazón, córtelas en gajos de 1 cm. de grosor, y viértalas en un molde rectangular. Seguidamente, cubra las manzanas con 3/4 partes de las zarzamoras, reservando las restantes para la terminación. Rocíe con el zumo de limón, espolvoree toda la superficie con la maicena y finalmente con el azúcar.

Por último, cubra todo el molde con el rectángulo de masa de hojaldre, haciendo que se adhieran bien los bordes, humedeciéndolos con un poquito de agua. Adorne la superficie con los recortes de hojaldre y haga un agujero en el centro para que salga el vapor.

Barnice la superficie con el huevo batido e introduzca el molde en el horno, precalentado a temperatura media-alta, unos 20 minutos.

Cuando la tarta esté dorada, retírela del horno, decore el centro con las zarzamoras reservadas y sirva caliente, sin desmoldar, acompañada de nata líquida.

Prepare el hojaldre y extiéndalo dándole forma de rectángulo (1). Pele y trocee las manzanas y viértalas en un molde (2). Cúbralas con zarzamoras, maicena y azúcar (3) y tape con el hojaldre, decorando la superficie con los recortes sobrantes (4).



TARTA TATIN DE MANGO

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8 personas

250 g. de masa de hojaldre
(ver receta en la página 27)
600 g. de mangos
75 g. de mantequilla
125 g. de azúcar
Harina de trigo para la superficie de trabajo

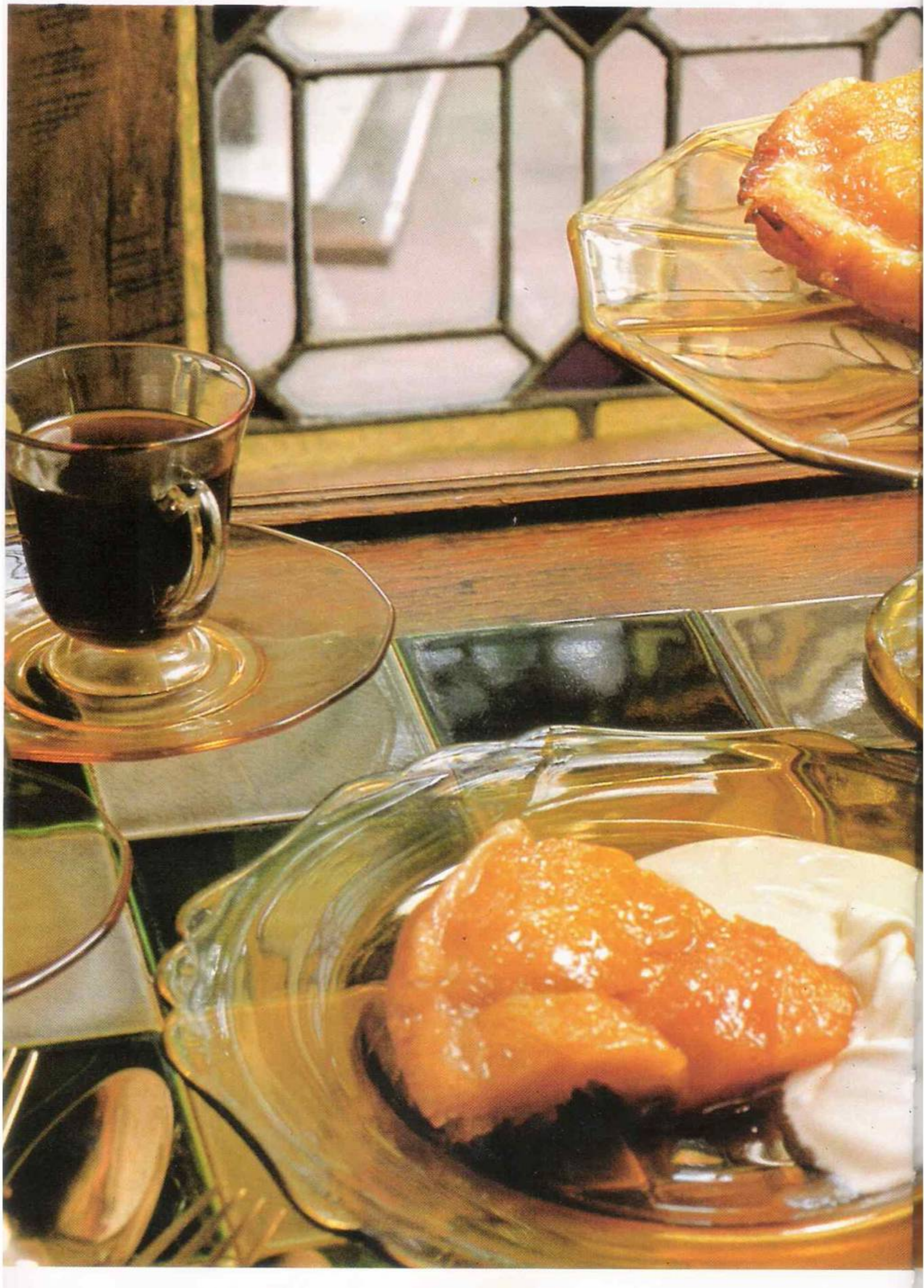
Unte con la mantequilla (reservando aparte 1 1/2 cucharadas) un molde redondo.

Extienda la masa de hojaldre sobre una superficie de trabajo ligeramente enharinada y córtela formando un círculo con un diámetro ligeramente más grande que el del molde.

Seguidamente, pele con cuidado los mangos y córtelos en láminas no demasiado finas. Espolvoree el fondo del molde con el azúcar (reservando aparte cuatro cucharadas), y coloque en el molde las láminas de mango, de manera que cubran por completo el fondo. Espolvoree el mango con el azúcar reservado y distribuya por encima la mantequilla restante. Introduzca el molde en el horno precalentado a temperatura media-alta, durante unos 20 minutos, de manera que el azúcar comience a caramelizarse pero sin que llegue a oscurecerse.

A continuación, retire el molde del horno y cubra las láminas de mango con el círculo de masa de hojaldre, haciéndolo penetrar bien por los laterales. Introduzca de nuevo en el horno y continúe la cocción durante aproximadamente unos 20 minutos o hasta que el hojaldre esté dorado.

Por último, desmolde la tarta sobre una fuente y sírvala caliente o templada.



TARTA HAWAI

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6-8 personas

75 g. de harina de trigo
75 g. de avellanas, peladas, tostadas y molidas
75 g. de azúcar
75 g. de mantequilla • 1 huevo
1 bote de piña (ananá) en almíbar
1 cucharada de azúcar moreno (negro)
1 cucharadita de levadura en polvo (polvo de hornear)

Para la terminación:
100 g. de nata (crema de leche) montada
Unas cerezas (guindas, picotas) confitadas

Deje ablandar la mantequilla. Escurra las rodajas de piña de su almíbar y resérvelo.

Unte con mantequilla un molde de 22 cm. de diámetro, espolvoréelo con el azúcar moreno y coloque las rodajas de piña en el fondo, de manera decorativa.

En un cuenco, ponga la mantequilla con el azúcar y remueva hasta conseguir una mezcla homogénea; agregue el huevo y, sin parar de remover, incorpore, poco a poco, la harina tamizada con la levadura, las avellanas molidas y 150 ml. del almíbar de la piña. Vierta la mezcla en el molde preparado, introduzca en el horno, precalentado a temperatura media, y cocine unos 35-40 minutos.

Retire del horno, deje reposar durante 10 minutos y desmolde la tarta con cuidado. Déjela enfriar.

Coloque las cerezas confitadas en el centro de cada rodaja de piña.

Introduzca la nata montada en una manga pastelera con boquilla rizada, y presione formando rosetones alrededor de la piña central.

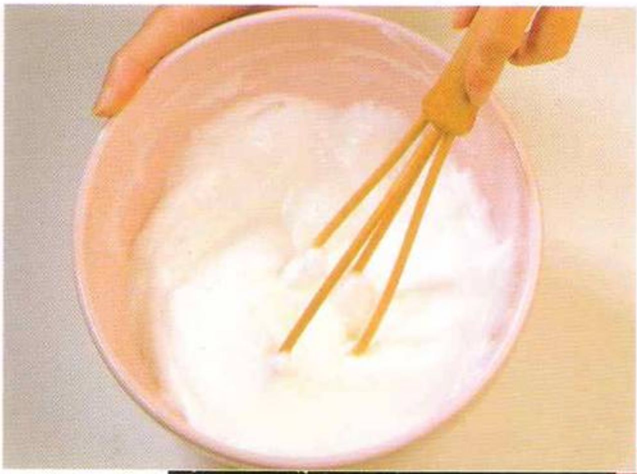
NATILLAS CON MERENGUE

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: MEDIO
Para 6 personas

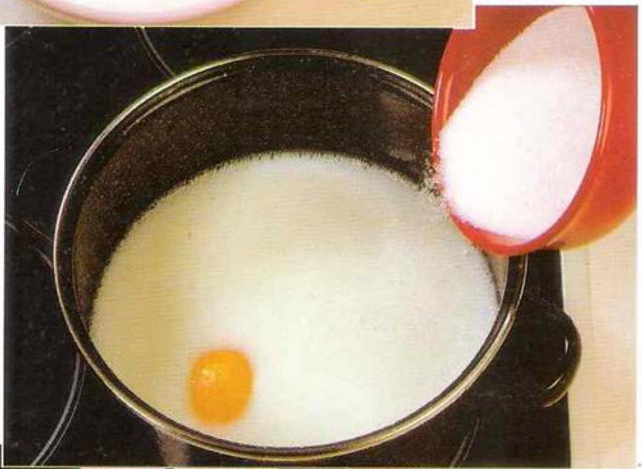
4 huevos muy frescos
175 g. de azúcar
750 ml. de leche
Un trozo de cáscara de limón
1 cucharada de maicena
(fécula de maíz, harina de maíz)
Canela en polvo

Separe las yemas de los huevos de las claras. Vierta las claras en un cuenco, añada 50 g. de azúcar y bata enérgicamente, hasta conseguir un merengue muy duro.
A continuación, ponga la leche en una cazuela al fuego, agregue el azúcar restante y la cáscara de limón y cuando hierva, baje el fuego y manténgala con el calor al mínimo para que no hierva.
Vaya tomando cucharadas de merengue y cuézalo en la leche, dándole vueltas de vez en cuando, hasta que la superficie se endurezca ligeramente. Retírelos con una espumadera y deposítelos sobre un paño para que escurran.
Diluya la maicena y las yemas en un poco de leche fría. Incorpórelas a la leche, mezcle y cocine a fuego lento, sin dejar de remover, hasta que se formen unas natillas, pero cuidando de que no hiervan.
Retire del fuego y déjelas enfriar.
Vierta las natillas en cuencos, ponga los merengues sobre ellas y espolvoree con canela.

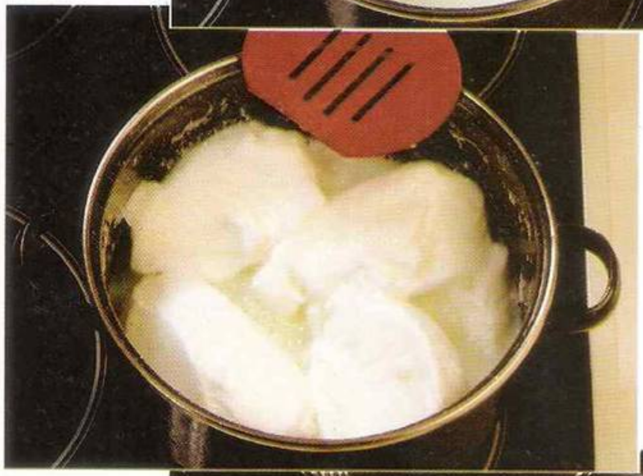
Bata las claras a punto de nieve fuerte (1). Ponga la leche al fuego con azúcar y la cáscara de limón (2). Tome cucharadas de merengue y cuézalo en la leche (3). Haga unas natillas con la leche, las yemas, la maicena y el azúcar restante (4).



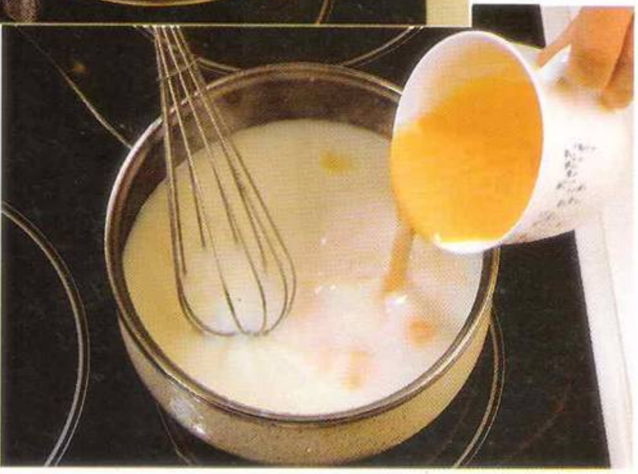
1



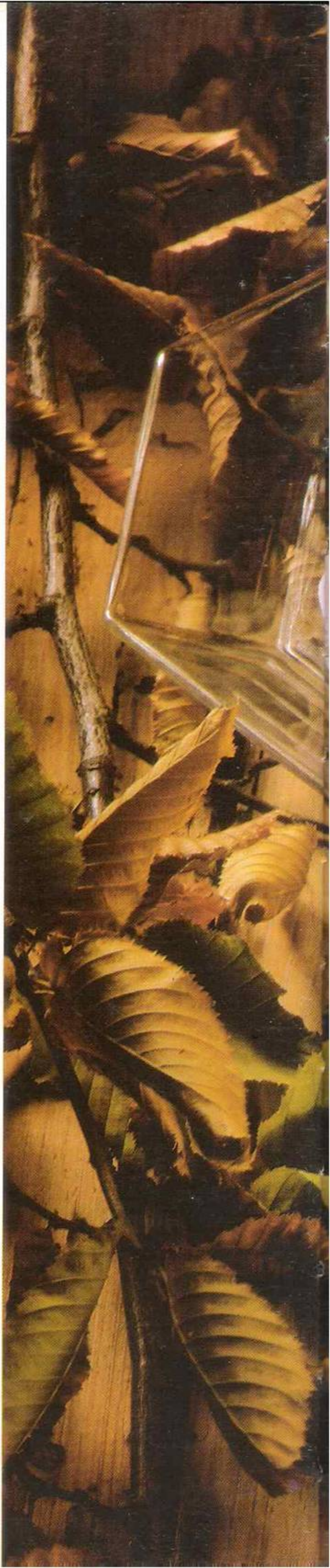
2



3



4



MAGDALENAS

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 12 piezas

100 g. de mantequilla, ablandada
100 g. de azúcar • 2 huevos
100 g. de harina de trigo
1 cucharadita de levadura en polvo (polvo de hornear)
La cáscara rallada de 1 limón

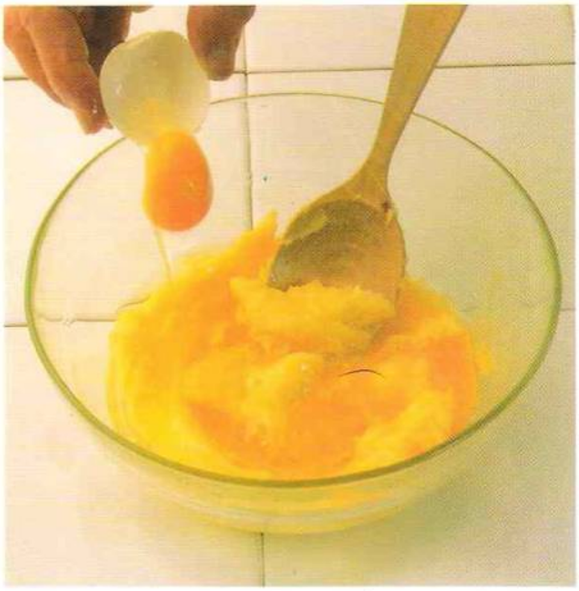
Trabaje la mantequilla junto con el azúcar, hasta obtener una crema suave y esponjosa.

A continuación, agregue la cáscara rallada de limón e incorpore los huevos de uno en uno, batiendo entre cada adición.

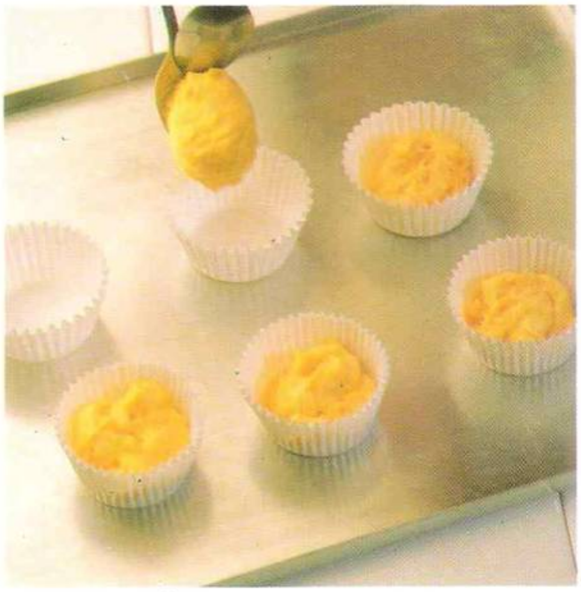
Seguidamente, añada, poco a poco, la harina tamizada con la levadura mezclando delicadamente. Por último, llene las 2/3 partes de unos moldecitos de papel con la masa, ayudándose de 2 cucharitas. Coloque los moldecitos en una fuente y cocine en el horno previamente calentado a temperatura media, durante unos 20 minutos, hasta que las magdalenas estén bien doradas. Retírelas del horno y déjelas enfriar.

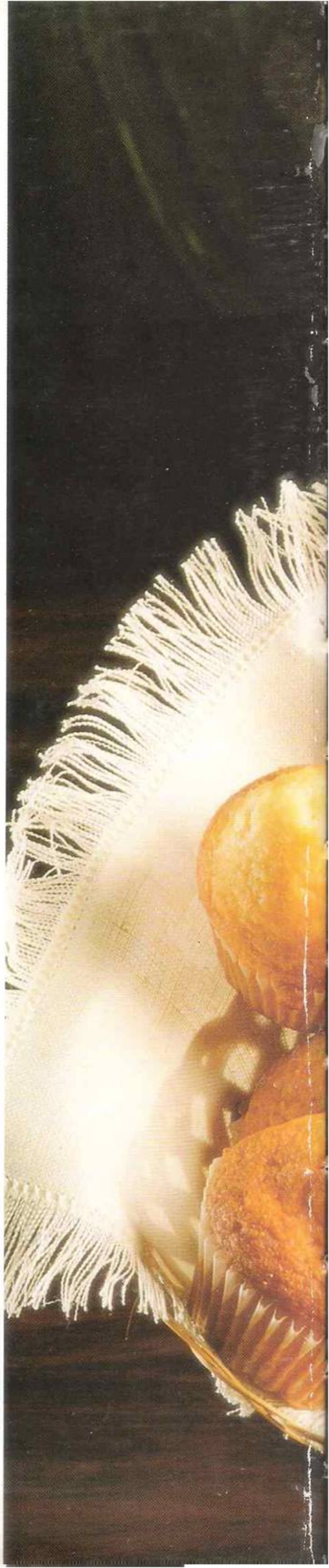
Mezcle la mantequilla con el azúcar (1); agregue la ralladura de limón y los huevos, de uno en uno (2) y por último la harina, previamente tamizada con la levadura en polvo (3); llene los moldecitos hasta las 3/4 partes de su capacidad, con la masa preparada (4) y cocínela en el horno.

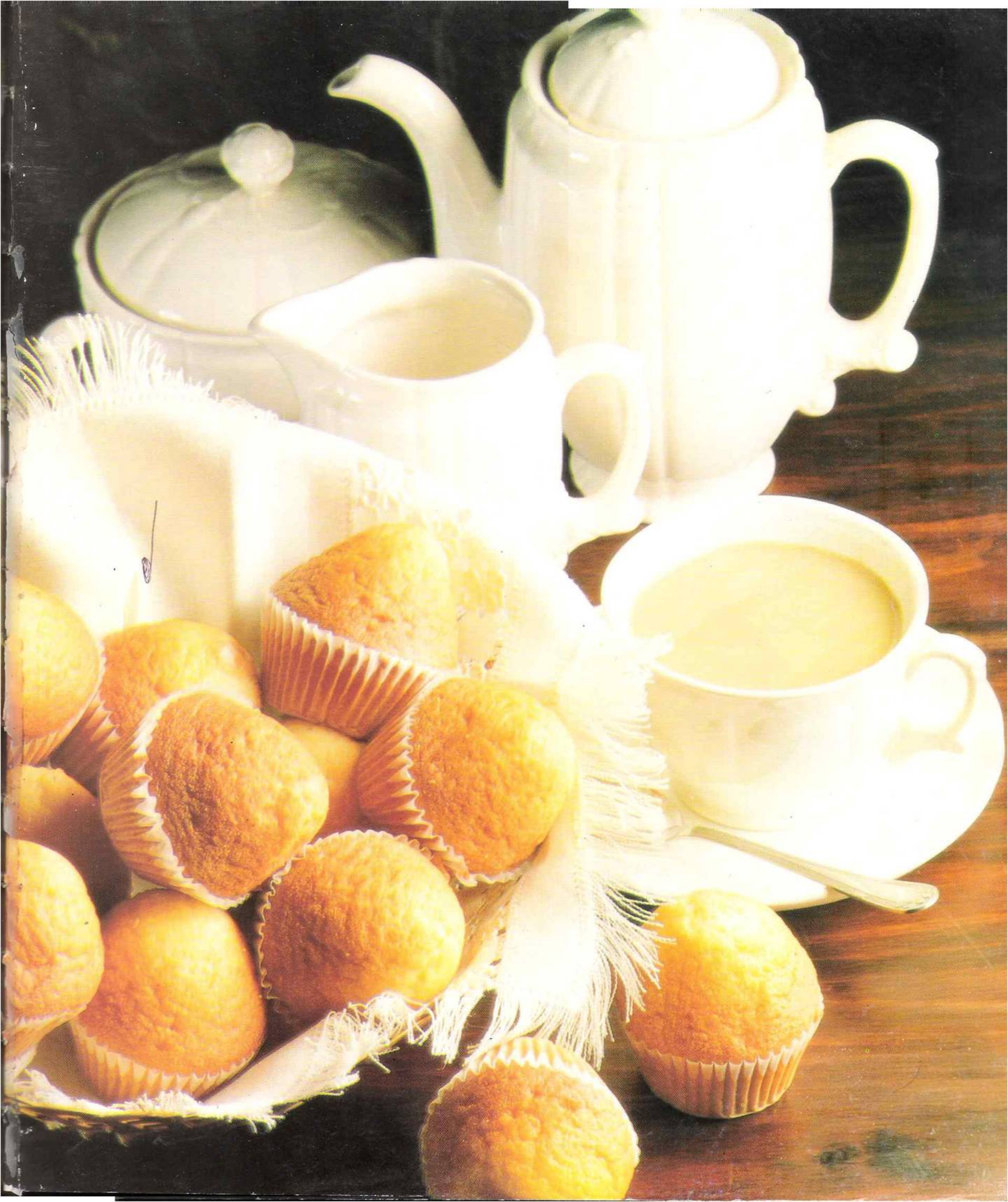
1


2

3


4





TRONCO DE NAVIDAD

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: MEDIO
Para 6-8 personas

150 g. de azúcar
6 huevos, separadas las claras de las yemas
150 g. de harina de trigo, tamizada
Unas gotas de extracto de vainilla

Para la crema de chocolate:
80 ml. de agua
250 g. de azúcar
8 yemas de huevo
250 g. de mantequilla en trocitos
100 g. de chocolate semiamargo

Trabaje las yemas con el azúcar hasta obtener una mezcla espumosa y blanquecina. Bata las claras a punto de nieve e incorpórelas cuidadosamente a la mezcla anterior. Añada, poco a poco, la harina y el extracto de vainilla, removiendo con cuidado.

Seguidamente, forre una placa de horno con una hoja de papel de aluminio y extienda encima la masa obtenida, de manera uniforme. Introdúzcala en el horno, precalentado a temperatura media, durante 15 minutos. Retire del horno y deje enfriar ligeramente.

Mientras cuece el bizcocho, prepare la crema de chocolate: ponga el azúcar y el agua en un cazo al fuego y cuézalo hasta que se forme un almíbar suave. En un cuenco, bata las yemas y agregue el almíbar, sin dejar de batir, durante 10 minutos, hasta que la mezcla se enfríe. Incorpore a continuación la mantequilla, y el chocolate, previamente derretido al baño María, batiendo constantemente hasta que se forme una crema suave y homogénea.

Por último, coloque el bizcocho sobre un paño humedecido, desechando el papel de aluminio, y úntelo uniformemente con parte de la crema de chocolate. Enróllelo con ayuda del paño, y báñelo con la crema de chocolate restante. Con un tenedor, haga líneas irregulares, deje enfriar y decórelo con algún motivo navideño.

SOUFFLES DE CLEMENTINAS

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 4 personas

60 g. de harina de trigo
60 g. de azúcar
3 huevos
4 claras de huevo
250 ml. de leche
4 cucharadas de crema (nata) líquida
25 g. de mantequilla
3 cucharadas de licor de mandarina
2 clementinas
1 rajita (palito) de vainilla

Para la terminación:
20 g. de cáscara de naranja confitada en un solo trozo
2 cucharadas de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)

Para los moldecitos:
30 g. de mantequilla
30 g. de azúcar

Unte 4 moldes de 8 centímetros de diámetro con mantequilla y espolvoréelos con azúcar.

Lave bien las clementinas y séquelas con un paño limpio; ralle la cáscara y resérvela; exprima el zumo y resérvelo.

Mezcle en un cazo la harina, el azúcar, 1 huevo, 1 yema, el licor de mandarina, la ralladura y el zumo de las clementinas, uniendo bien los ingredientes.

En otro cazo, lleve a ebullición la leche con la nata y la rajita de vainilla. Retire la vainilla y vierta la leche caliente en la mezcla previamente preparada, pasándola a través de un colador y mezclando continuamente.

Ponga el cazo al fuego y lleve la mezcla a ebullición, sin dejar de remover hasta que esté lisa y homogénea. Retire el cazo del fue-

go, agregue la mantequilla y la yema restante y deje templar.
Mientras tanto, monte las 6 claras a punto de nieve firme e incorpórelas delicadamente a la mezcla. Viértala en los moldecitos, introdúzcalos en el horno, precalentado a temperatura media, y cocine los soufflés durante 35 minutos.
Prepare la terminación: con un cuchillo afilado corte la cáscara de naranja confitada en tiritas muy finas. Retire los moldecitos del horno y espolvoréelos con el azúcar glass; decore los soufflés a su gusto, con las tiritas de naranja confitada y sírvalos.

ROSAS FRITAS

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 4 personas

125 g. de harina de trigo
250 ml. de leche
2 huevos
125 g. de azúcar
Una pizca de sal
Aceite de oliva abundante

Para la terminación:
100 g. de azúcar
1 cucharada de canela en polvo (molida)

Bata en un cuenco los huevos, añada la harina, el azúcar, la leche y la sal, y mezcle bien, hasta obtener una masa cremosa.
A continuación, caliente abundante aceite en una sartén honda e introduzca en ella un molde especial de hierro con forma de flor y un mango largo para sujetarlo; cuando esté muy caliente introdúzcalo en el cuenco con la masa, procurando no sumergirlo del todo, y póngalo de nuevo en la sartén. Al freírse la masa se despegará del molde. Cuando esté dorada, retírela del aceite y pase la flor a una fuente de servir, repitiendo la operación hasta agotar la masa preparada.
Por último, prepare la terminación: mezcle en un plato el azúcar con la canela, espolvoree las flores con esta mezcla, y sírvalas inmediatamente.

CISNES CON CREMA

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 20 piezas

200 g. de pasta choux
(ver receta en la página 25)
250 g. de nata (crema de leche) montada
20 g. de mantequilla
Azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)

Prepare la pasta choux siguiendo las instrucciones de la página 25 y vierta parte de ella en una manga pastelera con boquilla lisa de 1 1/2 centímetros de diámetro.

Unte con mantequilla una placa de horno y forme sobre ella 20 bollitos de pasta choux, bien distanciados entre sí. Introduzca en el horno, precalentado a temperatura media-alta, y cocine 25 minutos. Vierta la pasta choux restante en una manga pastelera con boquilla de 1/2 centímetro, forme sobre otra placa de horno, untada con la mantequilla restante, 20 tiras, en forma de S, e introduzca en el horno 10 ó 15 minutos.

Deje que se enfríen los bollitos y las tiras de pasta choux sobre una rejilla; divida los primeros por la mitad y corte la parte superior, en sentido longitudinal, para formar las alas de los cisnes. Con ayuda de una manga pastelera, rellene la mitad inferior de cada bollito con la nata y ponga encima las alas.

Por último, coloque las tiras de pasta choux sobre los bollitos, formando el cuello de los cisnes y espolvoréelos con el azúcar glass.

ROSCA AL LIMON CON PASAS

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8 personas

150 g. de azúcar • 6 huevos
100 g. de pasas sultanas
1 limón
100 g. de harina de trigo
20 g. de mantequilla y harina de trigo para el molde
3 cucharadas de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo), para la terminación

Unte con mantequilla un molde de corona de 24 cm. de diámetro y enharínelo. Lave las pasas en agua fría, séquelas bien y mézclelas con una cucharada de harina. Lave bien el limón y séquelo; ralle la cáscara (sólo la parte amarilla) y exprima el zumo.

Separe las yemas de las claras. Coloque en un cuenco las yemas con el azúcar y bata hasta obtener una mezcla espumosa. Agregue la cáscara rallada del limón y remueva; vierta el zumo y continúe trabajando la mezcla unos minutos más. Incorpore, poco a poco, la harina restante, y las pasas.

Monte las claras a punto de nieve e incorpórelas delicadamente a la mezcla. Viértala en el molde e introdúzcalo en el horno, previamente calentado a temperatura media, durante unos 40 minutos. Terminada la cocción, retire el molde del horno y desmolde la rosca sobre una fuente de servir. Déjela enfriar completamente y espolvoréela con el azúcar glass.

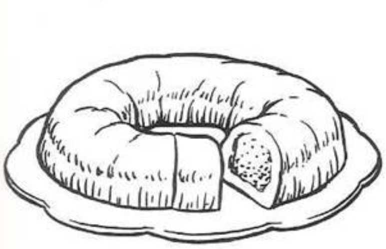
Tarta de miel.

TARTA DE MIEL

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8 personas

150 g. de masa quebrada
(ver receta en la página 26)
50 g. de pan rallado
200 g. de miel
2 cucharaditas de cáscara rallada de limón

Prepare la masa quebrada siguiendo las instrucciones de la página 26.
A continuación, extiéndala con un rodillo y forre con ella un molde de 20 cm. de diámetro.
Seguidamente, mezcle en un cuenco la miel, el pan rallado y la cáscara rallada de limón, y vierta este preparado en el molde forrado de masa.
Extienda los recortes de masa, córtelos en tiras delgadas y, colocándolas sobre el relleno, forme un enrejado.
Humedezca la pasta para que el enrejado se pegue, e introduzca el molde en el horno, previamente calentado a temperatura alta, durante unos 25 ó 30 minutos, o hasta que la pasta esté ligeramente dorada.
Por último, retire del horno, deje enfriar, desmolde y sirva, si lo desea, con nata líquida.



TARTA DE CIRUELAS

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6-8 personas

200 g. de harina de trigo
100 g. de mantequilla
120 g. de azúcar • 2 yemas
Una pizca de sal
La cáscara rallada de 1 limón
200 g. de ciruelas pasas (secas) deshuesadas
50 g. de pasas sultanas
100 ml. de marrasquino

Para la terminación:
1 huevo
1 cucharada de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)

Unte con mantequilla y enharine un molde de 24 cm. de diámetro. Deje ablandar la mantequilla a temperatura ambiente.
Lave las ciruelas y las pasas, séquelas, píquelas y póngalas en un cuenco. Vierta el marrasquino y déjelas macerar unos 30 minutos.
Mientras tanto, prepare la masa: tamice, sobre una superficie de trabajo, la harina con la sal, y déle forma de volcán; ponga en el centro la mantequilla troceada, 80 gramos de azúcar, las yemas y la cáscara rallada de limón. Mezcle los ingredientes con las puntas de los dedos, sin trabajar la masa demasiado. Envuélvala en una hoja plástica transparente y déjela reposar en la parte menos fría del frigorífico durante 1 hora.
Transcurrido el tiempo de reposo de la masa, retírela del frigorífico y a continuación, divídala en dos partes, una mayor que la otra. Extienda la parte más grande, en una lámina de unos 2 ó 3 milímetros de espesor, forre con ella el molde, recorte el sobrante y resérvelo. Pinche varias veces el fondo con un tenedor.
Escurra las ciruelas y las pasas, agregue el azúcar restante y una los ingredientes; distribuya la mezcla en el molde en una capa uniforme. Con el rodillo, extienda la segunda parte de masa en una capa muy fina; cubra el molde, recorte el sobrante y amáselo con el reservado anteriormente.
Pellizque los bordes de la masa para adherirlos; extienda, en una capa muy fina, la masa restante y, con un cortapastas redondo, corte algunos discos pequeños.
Prepare la terminación: disponga a su gusto los discos sobre la tarta, dividiendo algunos por la mitad; pincele con el huevo, ligeramente batido, y pinche la superficie con un tenedor. Introduzca el molde en el horno, precalentado a temperatura media, y deje cocinar durante 50 minutos, o hasta que la tarta esté dorada. Retírela del horno y desmóldela sobre una fuente. Sírvala fría, y espolvoreada con el azúcar glass.

SANDWICHES DE CHOCOLATE Y MENTA

Microondas: SI
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6 personas

5 cucharadas de mantequilla
45 g. de chocolate fondant
100 g. de cocoa (cacao)
2 yemas de huevo
150 g. de azúcar
2 cucharadas de café soluble
2 cucharadas de agua
150 ml. de crema (nata) líquida

Para las hojaldrillas:
150 g. de chocolate fondant

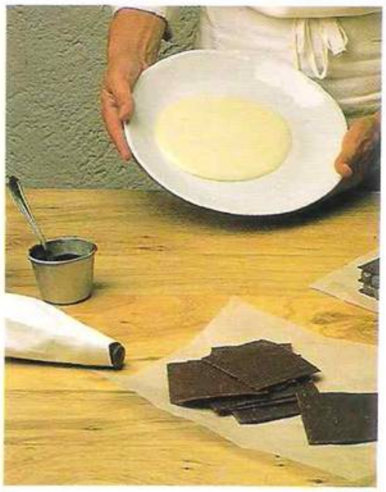
Para la crema inglesa:
350 ml. de leche
90 g. de azúcar
2 yemas de huevo
1/2 cucharadita de fécula de maíz (maicena, harina de maíz)
Una pizca de mantequilla
Unas gotas de extracto de vainilla
1 cucharada de licor de menta

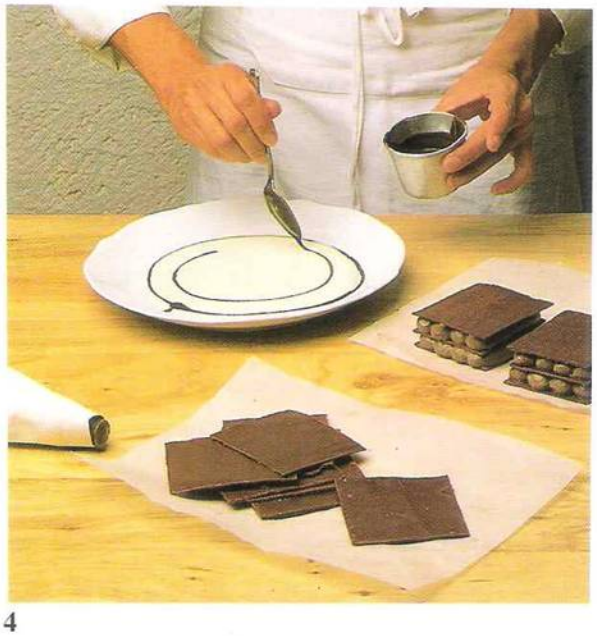
Caliente la mantequilla, el chocolate y el cacao en un cazo al baño María, hasta que el chocolate se derrita y se forme una mezcla suave y homogénea.
A continuación, bata las yemas junto con el azúcar con ayuda de la batidora eléctrica, hasta que se forme una crema espesa. Añada el café soluble disuelto en el agua, mezcle e incorpore el chocolate caliente.
Continúe batiendo y añada la nata, previamente montada. Vierta todo en un cuenco de cristal y deje enfriar en el frigorífico durante 2 horas.
Seguidamente, prepare las hojaldrillas: derrita el chocolate al baño María, y déjelo enfriar ligeramente. Viértalo sobre una bandeja, previamente forrada con papel vegetal, engrasado uniformemente con un poco de mantequilla, y extiéndalo con una espátula, procurando que quede liso y del mismo grosor. Déjelo solidificar ligeramente en un lugar fresco, pero no en el frigorífico, y cuando casi esté sólido, corte 12 cuadrados iguales, con un cuchillo afilado. Deje reposar hasta que se endurezca totalmente. Derrita los recortes de chocolate sobrante, y manténgalo caliente.
Mientras tanto, prepare la crema inglesa: hierva la leche en un cazo al fuego junto con la mitad del azúcar y el licor de menta. Bata las yemas junto con el azúcar restante y la maicena, añádales la leche caliente, sin dejar de batir y ponga de nuevo al fuego, removiendo sin cesar, hasta que espese. Retire del fuego y agregue la mantequilla y el extracto de vainilla, mezclando bien.
Por último, vierta en cada plato un poco de crema inglesa, decórela con el chocolate derretido y ponga sobre la crema, un cuadrado de chocolate. Cúbralo con la mousse de chocolate y nata preparada, y termine con otro cuadrado de chocolate.

1

Derrita el chocolate al baño María y viértalo sobre una bandeja (1), previamente forrada y engrasada. Extiéndalo con una espátula (2) formando un rectángulo, y déjelo enfriar. Vierta un poco de crema inglesa en cada plato (3), forme círculos con el chocolate derretido (4), y haga dibujitos con ayuda de un palillo (5).

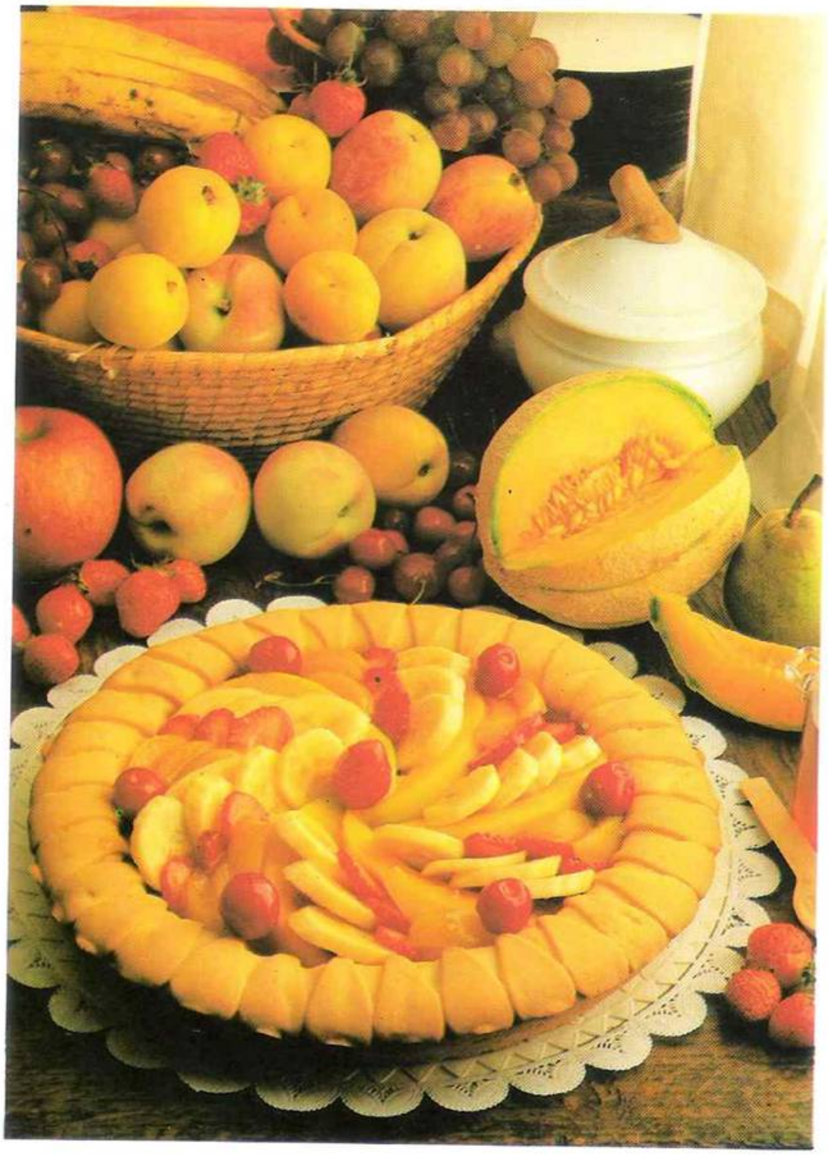
2


3


4

5

A la izquierda: Croissants; A la derecha: Tarta de plátanos y chabacanos.



CROISSANTS

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 10-12 personas

550 g. de harina de trigo
400 g. de mantequilla
30 g. de levadura de panadería
60 g. de azúcar
150 ml. de leche
Una pizca de sal
1 huevo batido
Mantequilla y harina de trigo para la placa

Temple 1 decilitro de agua y disuelva la levadura de panadería desmenuzada. Vierta la leche en un cuenco, agregue el azúcar y la sal y disuélvalas. Tamice la harina y déle forma de volcán; vierta en el centro la levadura disuelta en el agua, e incorpore un poco de harina, agregue 50 gramos de mantequilla en trocitos, la leche con el azúcar y la sal, trabaje ligeramente hasta obtener una masa blanda y elástica y déjela reposar durante 30 minutos.

Extiéndala con un rodillo en un rectángulo de 60 centímetros de largo, y distribuya 175 gramos de mantequilla cortada en láminas, sobre las 2/3 partes de la masa; pliéguela en tres partes comenzando, hacia el centro, por la parte de masa sin mantequilla. Déle 1/4 de giro y extiéndala de nuevo, rápidamente, en un rectángulo de 60 centímetros de largo; pliéguela en tres partes (como en la masa de hojaldre). Envuelva la masa en una hoja de plástico transparente y déjela reposar en el frigorífico durante 2 horas. Repita los dos pasos anteriores utilizando la mantequilla restante, e introduzca nuevamente en el frigorífico durante 4 horas por lo menos.

Unte una placa de horno con mantequilla y enharínela ligeramente. Extienda la masa con el rodillo en una lámina de 1/2 centímetro de grosor; divídala en tiras de 10 centímetros de ancho y corte cada tira, en sentido diagonal, obteniendo triángulos del mismo tamaño. Enrolle la masa sobre sí misma hacia la punta, formando los croissants; curve un poco las puntas hacia adentro y colóquelos en la placa preparada. Déjelos fermentar en un lugar templado durante 40 minutos aproximadamente, y a continuación, pincélelos ligeramente con el huevo batido. Introduzca la placa en el horno, precalentado a temperatura media-alta, y cocine los croissants unos 20 minutos. Retírelos del horno, colóquelos en una fuente y sírvalos calientes o templados.

TARTA DE PLATANOS Y CHABACANOS

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: MEDIO
Para 8 personas

400 g. de harina integral
2 cucharadas de levadura de cerveza
4 cucharadas de aceite
2 yemas • Una pizca de sal

Para el relleno:
2 plátanos (banana, cambur)
2 chabacanos (albaricoque, damasco, prisco)
1 melón pequeño
250 g. de fresas (amiésgado, fraga, frutilla, metra)
12 cerezas (guindas, picotas)
2 cucharadas de miel

Ponga en un recipiente hondo, la harina integral. Haga un hueco en el centro, dándole forma de volcán y vierta las yemas, la levadura, el aceite y la sal. Amase con las puntas de los dedos y cuando todo esté bien mezclado, trabaje durante 5 ó 6 minutos hasta obtener una masa homogénea. Déjela reposar unos minutos.

Extienda la masa y forre con ella un molde redondo, desmontable, previamente engrasado. Con los recortes de masa, forme un dibujo en la superficie del dulce e introduzca en el horno, precalentado a temperatura media, 30 minutos.

Mientras tanto, pele y corte las frutas. Unos 10 minutos antes de finalizar la cocción, retire la tarta del horno, rellénela con las frutas preparadas e introdúzcala de nuevo en el horno para finalizar la cocción y que las frutas, sin cocerse, queden ligeramente cocinadas y calientes.

Por último, caliente la miel en un cacito al fuego con una cucharada de agua, y pincele la superficie de la tarta, antes de servir.

BISQUETS SUPREMOS (RECETA BASE)

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: MEDIO
Para 16 piezas

250 g. de harina de trigo
4 cucharaditas de levadura en polvo (polvo de hornear)
1/2 cucharadita de sal
1/2 cucharadita de crémor tártaro
2 cucharaditas de azúcar
60 g. de mantequilla
150 ml. de leche
Huevo batido, para barnizar

Tamice sobre una superficie de trabajo, la harina junto con la levadura, la sal, el crémor tártaro y el azúcar. Añada la mantequilla y trabaje rápidamente con las puntas de los dedos hasta que la masa adquiera una consistencia similar a migas de pan desmenuzadas. A continuación, incorpore la leche, y forme con la pasta obtenida una bola. Extiéndala, con ayuda de un rodillo, sobre una superficie ligeramente enharinada, hasta obtener una lámina de 1 1/2 centímetros de grosor.
Seguidamente, corte los bisquets con ayuda de un cortapastas redondo y colóquelos sobre la placa del horno. Pincele la superficie de los dulces con el huevo batido e introduzca en el horno, previamente calentado a temperatura alta, durante unos 10-12 minutos o hasta que estén bien dorados.

BISQUETS DE NARANJA

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: MEDIO
Para 16 piezas

250 g. de harina de trigo
4 cucharaditas de levadura en polvo (polvo de hornear)
1/2 cucharadita de sal
1/2 cucharadita de crémor tártaro
2 cucharaditas de azúcar
60 g. de mantequilla
150 ml. de leche
Huevo batido, para barnizar
16 azucarillos (terrones, bolados)
El jugo (zumo) de 1 ó 2 naranjas

Prepare los bisquets siguiendo las instrucciones de la receta base y antes de hornearlos, moje los terrones en el zumo de naranja, y póngalos en el centro de cada bisquet, presionando ligeramente.

TARTA DE CHOCOLATE

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6-8 personas

3 huevos • 150 g. de azúcar
2 cucharadas de canela en polvo (molida)
150 g. de mantequilla ablandada
300 g. de harina de trigo
1 cucharada de levadura en polvo (polvo de hornear)
Mantequilla y harina de trigo para el molde
200 g. de chocolate fondant
6 cucharadas de ron
100 g. de mermelada (confitura, dulce de), a su elección

Para la decoración:
Soletas (bizcochos de soletilla)
Cerezas (guindas, picotas) confitadas
Tiritas de ciruela, confitada
Almendras peladas

Bata los huevos en un cuenco, con el azúcar y la canela, hasta que estén cremosos. Incorpore la mantequilla y continúe batiendo, hasta obtener una masa homogénea. Tamice la harina con la levadura y añádala, poco a poco, a la masa preparada, trabajando hasta que esté bien incorporada.

Unte con mantequilla un molde, enharínelo, vierta en él la masa e introdúzcalo en el horno, previamente calentado a temperatura media, unos 40 minutos.

Retire del horno, deje enfriar el bizcocho y córtelo en dos capas.

Derrita el chocolate junto con el ron en un cacito al baño María. Unte la superficie de una capa de bizcocho con la mermelada, cubra con la capa restante, y vierta encima el chocolate fundido, extendiéndolo por toda la superficie y los laterales de la tarta.

Por último, decore la tarta con los bizcochos de soletilla, las almendras, la ciruela y las cerezas.

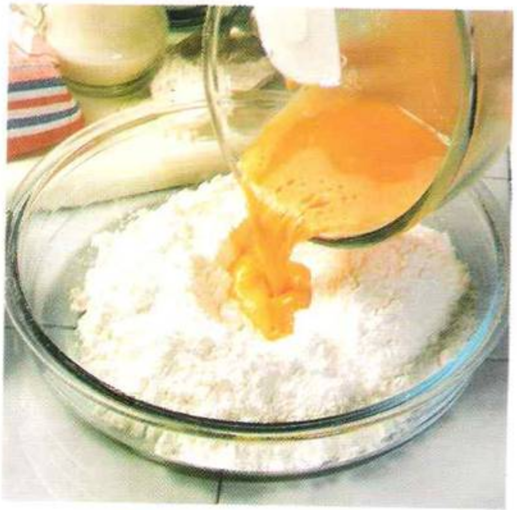
ALFAJORES

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6 personas

6 yemas de huevo
1 clara de huevo
400 g. de fécula de maíz (maicena, harina de maíz)
100 g. de harina de trigo
1 cucharadita de levadura en polvo (polvo de hornear)
1 cucharadita de vainillina
100 g. de manteca de cerdo
250 g. de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)
1 copita de aguardiente
350 g. de dulce de leche (ver receta en la página 35)
100 g. de coco rallado

En un cuenco, bata las yemas y la clara hasta que estén espumosas.
En un recipiente aparte mezcle la maicena, la harina y la levadura, haga un hueco en el centro y vierta en él los huevos batidos, la vainillina, el aguardiente y la manteca. Trabaje bien hasta obtener una masa firme.
Extienda la masa con el rodillo, y corte discos del tamaño que desee, colocándolos a continuación en placas de horno engrasadas y espolvoreadas con harina.
Introduzca en el horno, precalentado a temperatura media, y cocine los alfajores durante unos 25 minutos. Déjelos enfriar.
Seguidamente, úntelos con el dulce de leche y únalos de 2 en 2. Untelos también alrededor con un poco del mismo dulce y hágalos rodar sobre el coco rallado.
Espolvoréelos con el azúcar glass y sírvalos.

Mezcle la maicena, la harina y la levadura, e incorpore los huevos batidos (1), la vainillina, el aguardiente y la manteca. Trabaje bien hasta obtener una masa firme (2), extiéndala con el rodillo, corte discos (3) y hornéelos. Untelos con el dulce de leche (4), únalos de dos en dos, páselos por el coco rallado (5) y espolvoréelos con azúcar glass.


1

2

3

4

5

A la izquierda: Mousse de manzana; Pavlova de maracuyá; Flanes de limón y zarzamoras.

FLANES DE LIMON Y ZARZAMORAS

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: CORTO
Baja en calorías
Para 4 personas

1/2 sobre de gelatina de limón
100 ml. de agua hirviendo
Una pizca de ralladura de limón
1 cucharada de jugo (zumo) de limón
1 clara de huevo
100 g. de zarzamoras
1 1/2 cucharaditas de fécula de maíz (maicena, harina de maíz)
2 cucharadas de agua fría
Unas gotas de esencia de vainilla
Líquido endulzante

En un cuenco grande, disuelva la gelatina de limón en el agua caliente. Añada agua fría hasta obtener 250 ml., agregue la ralladura y el zumo de limón, removiendo, e introduzca en el frigorífico hasta que esté casi cuajada.

Ponga la clara en la mezcla de gelatina y bata con una batidora eléctrica, hasta que esté ligera y espumosa (unos 2 minutos). Vierta en flaneras e introduzca en el frigorífico hasta que esté firme.

Mientras tanto, aplaste un tercio de las zarzamoras. Aparte, mezcle la maicena y el agua fría, añádalas a las zarzamoras machacadas, y cocine a fuego medio, sin dejar de remover, hasta que se forme una salsa espesa. Aparte del fuego, añada las zarzamoras restantes y la esencia de vainilla y endulce al gusto. Desmolde los flanes sobre una fuente y vierta la salsa por encima.

PAVLOVA DE MARACUYA

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Baja en calorías
Para 4 personas

3 claras de huevo
1 cucharadita de crémor tártaro
3 cucharadas de leche descremada
6 tabletas de sacarina, machacadas
4 maracuyás
2 naranjas, peladas y en gajos limpios
Ramitas de hierbabuena (menta fresca), para adornar

Bata ligeramente las claras de huevo, espolvoréeles por encima el crémor tártaro y continúe batiendo hasta que la mezcla forme picos.

Seguidamente, añada la leche descremada y las tabletas de sacarina machacadas, a cucharadas, hasta que los picos estén firmes.

Dibuje un círculo sobre un papel encerado tomando como molde un plato de 20 cm. de diámetro. Colóquelo en una fuente refractaria y extienda suavemente el merengue sobre el círculo.

Introduzca en el horno, previamente calentado a temperatura media, durante aproximadamente unos 30 minutos. Retire del horno y deje enfriar.

A continuación, despegue el papel del merengue, con mucho cuidado para que no se rompa, ayudándose de un cuchillo muy afilado o una espátula, y colóquelo en una fuente de servir.

Seguidamente, retire los centros de los maracuyás, y colóquelos en el centro del merengue, alternando con los gajos de naranja.

Por último adorne con las hojitas de hierbabuena.

MOUSSE DE MANZANA

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Baja en calorías
Para 4 personas

500 g. de manzanas, limpias, sin el corazón y cortadas en rebanadas
3 cucharadas de agua
300 ml. de jugo (zumo) de toronja (pomelo, pamplemusa)
3 cucharaditas de gelatina
Unas cuantas gotas de líquido endulzante
1 clara de huevo
1 ó 2 gotas de colorante verde alimenticio (opcional)
Una pizca de nuez moscada (macís)

Vierta las manzanas en un cazo al fuego con el agua, reservando unas rebanadas para el adorno, y cueza hasta que estén tiernas. Retire del fuego y deje enfriar.

Mientras tanto, disuelva la gelatina en un poco de zumo de pomelo, previamente calentado.

Cuando las manzanas se hayan enfriado ligeramente, viértalas en el vaso de la batidora eléctrica, junto con la gelatina previamente disuelta y bata bien. Añada el resto del zumo de pomelo, y unas gotas de endulzante, y bata durante unos minutos. Vierta la mezcla en una bandeja para hacer cubitos de hielo, e introduzca en el congelador hasta que el preparado empiece a cuajarse.

Mientras tanto, bata la clara de huevo a punto de nieve. Retire el puré de manzana del congelador, bátalo hasta que forme espuma, e incorpore la clara junto con el colorante y la nuez moscada.

Por último, vierta en copas, a cucharadas, y adorne la superficie con las rebanadas de manzana.

PASTITAS DE PASAS

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6 personas

150 g. de harina de trigo
150 g. de mantequilla
100 g. de azúcar
1/2 sobrecito de levadura en polvo (polvo de hornear)
2 huevos
50 g. de pasas sultanas
30 g. de naranja confitada

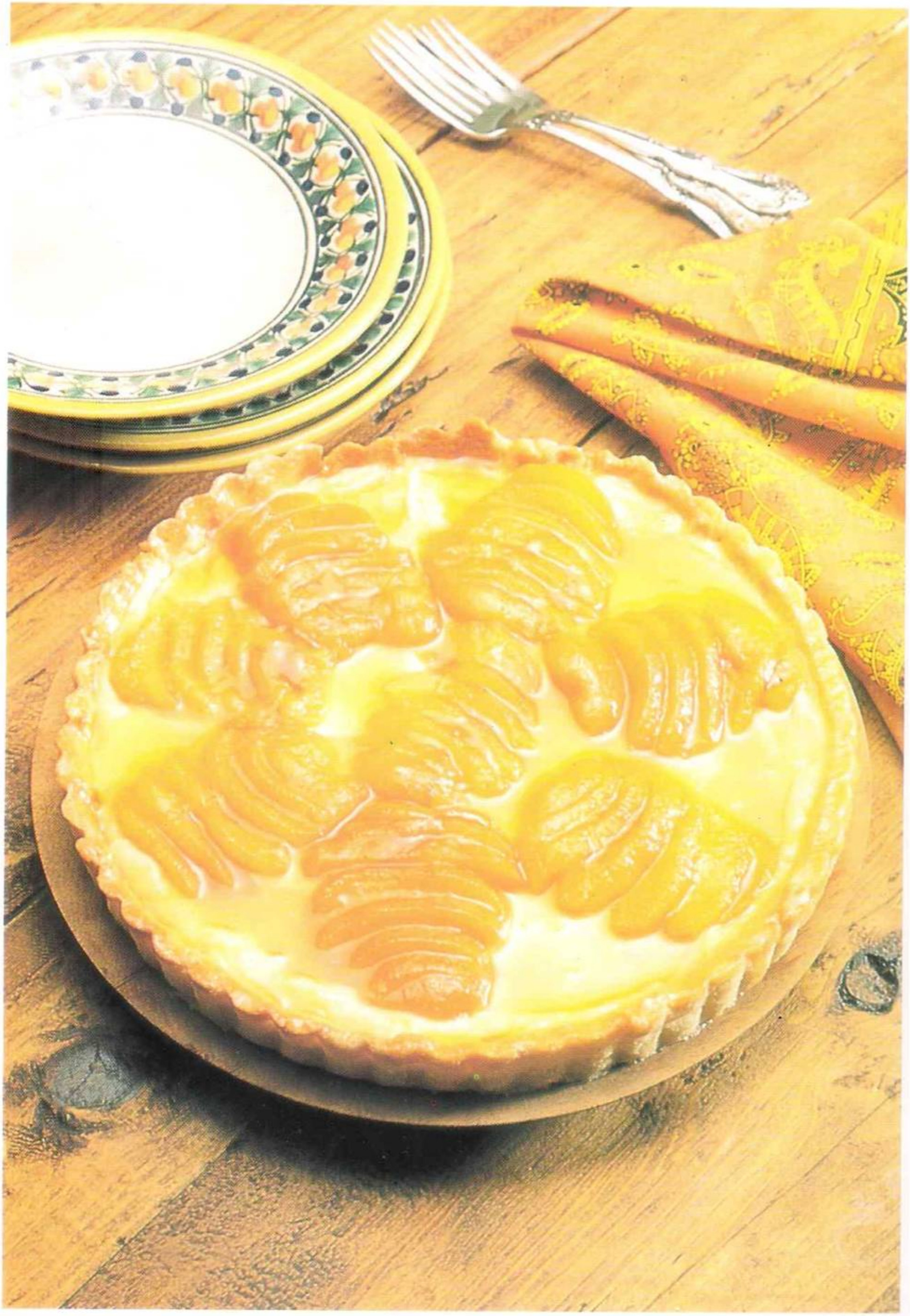
Para los moldes:
40 g. de mantequilla
30 g. de harina de trigo

Unte con mantequilla y enharine unos moldes ondulados de 6 cm. de diámetro.

Deje ablandar la mantequilla a temperatura ambiente. Lave las pasas y séquelas. Corte la naranja en cubitos.

Ponga la mantequilla troceada en un cuenco y trabájela con la batidora eléctrica, hasta que esté esponjosa. Agregue el azúcar, mézclelo, y añada los huevos, de uno en uno. Incorpore, poco a poco, la harina tamizada con la levadura, mezclando con una cuchara de madera, y finalmente las pasas y los cubitos de naranja confitada; mezcle cuidadosamente, uniendo bien los ingredientes.

Distribuya la masa en los moldes preparados, rellenándolos sólo hasta la mitad, ya que suben durante la cocción. Introduzca los moldes en el horno, precalentado a temperatura media, y cocine las pastitas durante unos 15 minutos. Desmóldelas, déjelas enfriar y dispóngalas en una fuente.



TARTA DE DURAZNOS

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6-8 personas

400 g. de masa quebrada (ver receta en la página 26)
Mantequilla, para el molde
500 ml. de leche • 2 huevos
1/2 rajita (palito) de vainilla
100 g. de azúcar
2 cucharadas de harina de trigo
1 ó 2 cucharadas de Kirsch
3 duraznos (melocotones), deshuesados y cortados en gajos
1 cucharada de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)
3 cucharadas de mermelada (confitura, dulce) de durazno (melocotón)

Extienda la masa quebrada en una lámina de 1/2 cm. de grosor y forre con ella un molde untado con la mantequilla. Pinche la superficie de la masa, cúbrala con papel de aluminio y éste con legumbres secas. Introduzca en el horno, precalentado a temperatura alta, unos 15-20 minutos.

Hierva la leche con la vainilla en un cazo; retire la vainilla y agregue los huevos previamente batidos con el azúcar; mezcle e incorpore la harina, sin dejar de remover; cocine, a fuego lento y mezclando de vez en cuando, hasta obtener una crema espesa; añada el Kirsch, y deje que se temple.

Cuando la masa esté cocida, deseche las legumbres y el papel de aluminio, hornéela 5 minutos más, y vierta sobre la masa la crema preparada; distribuya sobre la superficie los melocotones, espolvoréelos con el azúcar glass e introduzca en el horno, con el gratinador encendido, 5 minutos.

Diluya la mermelada en un cazo al fuego con un poco de agua y barnice con ella la tarta. Deje enfriar antes de desmoldar y servir.

TARTA DE QUESO CON CHABACANOS

Microondas: SI
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8 personas

15-20 galletas, tipo María, molidas
2 cucharadas de azúcar
80 g. de mantequilla, ablandada a temperatura ambiente
Mantequilla para el molde

Para el relleno:
550 g. de queso cremoso
200 g. de azúcar
2 cucharaditas de cáscara de limón rallada (sólo la parte amarilla)
Una pizca de extracto de vainilla
3 huevos

Para la cobertura:
500 ml. de crema (nata) líquida agria
50 g. de azúcar
1 cucharadita de extracto de vainilla

Para la salsa de chabacanos (albaricoque, damasco, prisco):
500 g. de chabacanos (albaricoque, damasco, prisco)
200 g. de azúcar
250 ml. de agua

En un cuenco, mezcle las galletas con el azúcar y la mantequilla, trabajándolo hasta obtener una masa homogénea. Forre con ella la base de un molde desmontable, de 23 centímetros de diámetro, untado con mantequilla, e introduzca en el horno, precalentado a temperatura media, 10 minutos.

Prepare el relleno: ponga en el vaso de la batidora eléctrica el queso, añadiendo, poco a poco, el azúcar, hasta obtener una mezcla esponjosa. A continuación, incorpore la cáscara de limón rallada, el extracto de vainilla y los huevos, de uno en uno, y continúe batiendo, hasta mezclar bien todos los ingredientes.

Transcurridos los 10 minutos de cocción de la masa, retire el molde del horno, vierta el relleno recién preparado, introduzca de nuevo en el horno y cocine, a temperatura baja durante aproximadamente 1 hora.

Prepare la cobertura: vierta en un cuenco la nata, añada el azúcar y la vainilla y trabaje hasta obtener una mezcla muy homogénea.

Retire la tarta del horno, deje que se enfríe durante unos 10 minutos, y extienda por la superficie la cobertura preparada, en una capa uniforme. Introduzca de nuevo en el horno durante otros 10 minutos; retire del horno, deje que se enfríe e introduzca en el frigorífico durante unas 2 horas.

Mientras tanto, prepare la salsa de albaricoques: corte por la mitad los albaricoques, deshuéselos y córtelos en gajos. Viértalos en un cazo, junto con el azúcar y el agua, ponga al fuego y deje cocer, durante unos minutos hasta que estén tiernos. Retírelos del fuego, reserve unos gajos para adornar y vierta los restantes en un cuenco aparte, previamente batidos para formar la salsa o en gajos con su almíbar, si lo desea.

Por último, desmolde la tarta, adórnela con los gajos de albaricoque y sirva.

BIZCOCHO KOSKERO

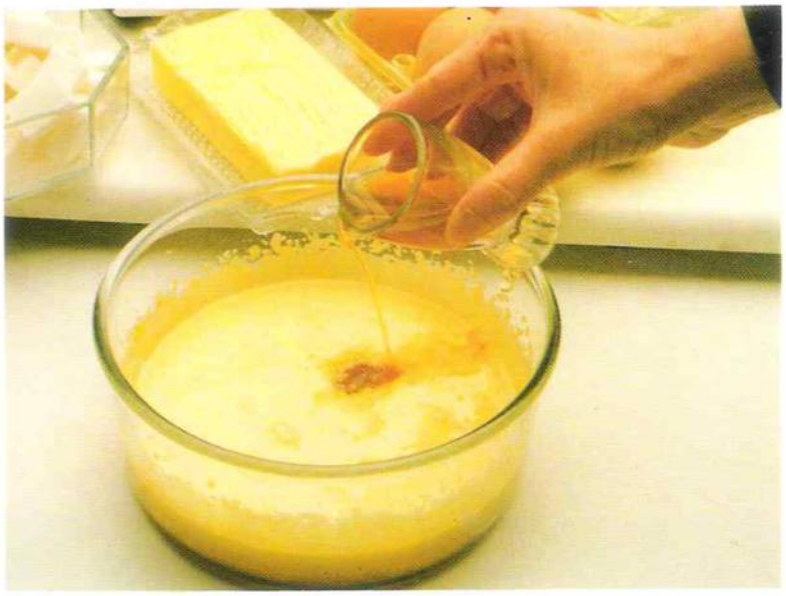
Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6-8 personas

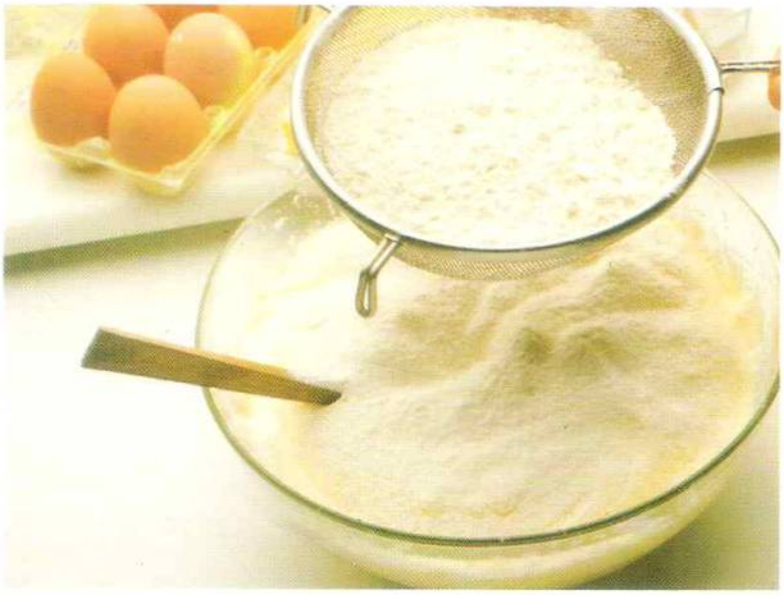
250 g. de harina de trigo
250 g. de azúcar
7 huevos
125 g. de mantequilla ablandada a temperatura ambiente
50 g. de almendras fileteadas
1 copita de brandy (cognac)
Una pizca de sal
Azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)

Prepare dos cuencos grandes y hondos y casque los huevos, separando las claras de las yemas.
A continuación, bata las yemas agregando el azúcar, poco a poco, pero sin dejar de batir. Cuando la mezcla esté espumosa, añada el brandy e incorpórelo bien.
Bata las claras a punto de nieve, junto con una pizca de sal, hasta conseguir un punto firme, e incorpórelas a las yemas, seguidas de la mantequilla.
Seguidamente, agregue la harina, poco a poco, tamizándola sobre el preparado anterior, sin parar de mezclar, con cuidado, siempre con movimientos envolventes, de abajo hacia arriba, hasta conseguir que la harina se haya incorporado totalmente, y quede una pasta homogénea.
Por último, engrase un molde redondo con mantequilla, vierta en él la pasta preparada, espolvoree con las almendras fileteadas e introduzca en el horno, previamente calentado a temperatura media, hasta que el bizcocho esté cocido. Pínchelo con un palillo; si éste sale limpio es que el bizcocho está cocido.
Déjelo enfriar, desmolde y espolvoree con el azúcar glass.

Separe las claras de las yemas (1); bátalas con el azúcar, añada el brandy (2) y a continuación, las claras a punto de nieve. Incorpore la harina, poco a poco, tamizándola (3) y cuando la masa esté homogénea viértala en el molde, espolvoreando la superficie con las almendras fileteadas (4).

1


2


3

4

TARTA OTOÑAL DE CUMPLEAÑOS

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8 personas

250 g. de chocolate semiamargo
250 g. de mantequilla
1 cucharada de brandy (cognac)
4 yemas de huevo
120 g. de azúcar
100 g. de harina de trigo
100 g. de nueces picadas
4 claras de huevo
Una pizca de crémor tártaro
Una pizca de sal
1 cucharada de mantequilla, para engrasar

Para el glaseado:
1 cucharada de café instantáneo
1 cucharada de agua caliente
120 g. de chocolate semiamargo
1 cucharada de brandy (cognac)
30 g. de mantequilla

Derrita el chocolate al baño María e incorpore poco a poco, y removiendo, el brandy y la mantequilla; aparte del fuego.
Bata las yemas junto con 100 gramos de azúcar, en un cuenco, hasta que adquieran un aspecto cremoso y blanquecino.
Añada la harina y las nueces picadas, y agregue esta mezcla a la de chocolate.
Seguidamente, bata las claras a punto de nieve con el crémor tártaro, la sal y poco a poco, incorpore el azúcar restante. Mezcle el merengue con la masa de chocolate y vierta en un molde redondo, forrado con un disco de papel encerado, untado con la mantequilla. Introduzca en el horno, previamente calentado a temperatura media, y deje cocer durante 40 minutos.
Deje enfriar el bizcocho, y cuando esté completamente frío, desmóldelo e introdúzcalo en el frigorífico durante 2 horas.
Mientras tanto, prepare el glaseado: disuelva el café en el agua caliente y póngalo en un cazo al baño María; añada el chocolate, cortado en trocitos, y el brandy, y remueva hasta que el chocolate esté derretido. Finalmente, agregue la mantequilla, remueva hasta que esté fundida, y mezcle bien.
Por último, vierta el glaseado sobre el bizcocho, cubriéndolo uniformemente, déjelo solidificar y sírvalo espolvoreado con granillos de azúcar de colores.

CEREZAS EN HOJALDRE

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: CORTO
Para 4 personas

150 g. de masa de hojaldre (puede ser congelada)
250 g. de cerezas (guindas, picotas)
1 huevo
50 g. de azúcar
2 ramitas de hierbabuena (menta fresca)

Lave bien las cerezas y séquelas. Quíteles el rabito y deshuéselas delicadamente con un utensilio especial para deshuesar.

Extienda la masa de hojaldre con el rodillo en una lámina de 4 milímetros de espesor. Con un cortapastas redondo de 10 centímetros de diámetro, corte 4 discos y forre 4 moldes individuales de 8 centímetros de diámetro, ligeramente pincelados con agua, presionando la masa para adherirla bien. Pínchela varias veces con un tenedor y pincélela con el huevo batido con unas gotas de agua. Rellene con las cerezas los moldecitos, forrados con masa de hojaldre, reservando algunas, y espolvoréelas con un poco de azúcar. Introduzca los moldecitos en el horno, precalentado a temperatura alta, y cocine durante unos 10-12 minutos, hasta que la masa presente un ligero color dorado. Mientras tanto, corte en rodajitas las cerezas reservadas, obteniendo aritos. Entrelácelos de dos en dos y dispóngalos armoniosamente en el borde de las tartaletas. Complete la decoración distribuyendo algunas hojitas de hierbabuena sobre la superficie y sírvalas templadas o frías.

MOUSSE DE CHOCOLATE BLANCO

Microondas: SI

Congelación: SI

Tiempo de elaboración: LARGO

Para 10-12 personas

500 g. de chocolate blanco
1 l. de crema (nata) líquida, muy fría
100 g. de azúcar

Bata la nata junto con el azúcar, hasta que se formen picos.

Derrita al baño María, el chocolate cortado en trocitos, y añada un poco de la nata batida, para obtener una pasta firme. Retire del fuego e incorpore el resto de la nata, mezclando delicadamente.

Por último, deje enfriar e introduzca en el frigorífico, hasta el momento de su utilización.

Cuando la vaya a servir, forme bolas, hechas con la cuchara especial para helados, colocándolas en copas de cristal, y sirva adornándolas con barquillos de vainilla o de chocolate.

BRAZO DE GITANO AL CAFE

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8 personas

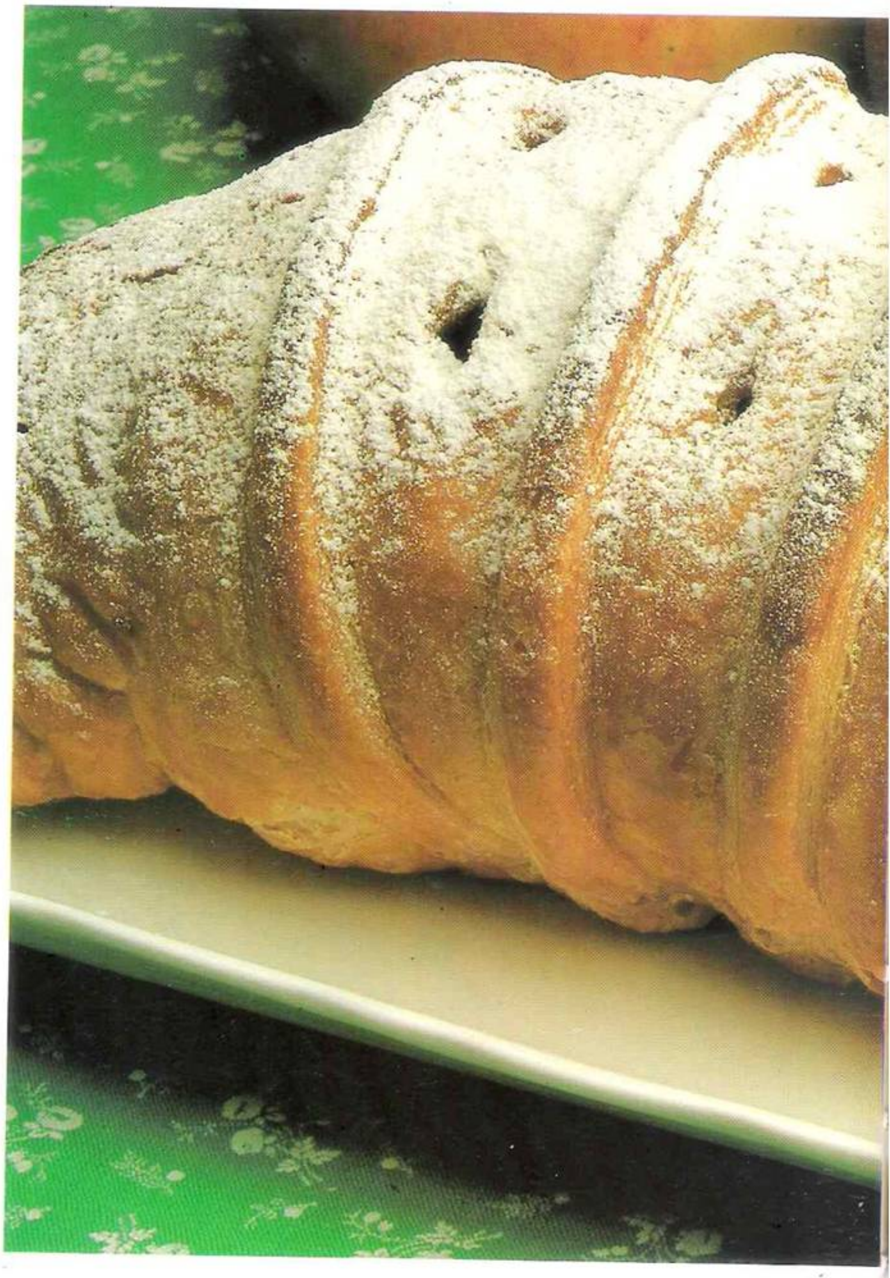
Para la masa:
4 huevos • 120 g. de azúcar
80 g. de harina de trigo
1 cucharadita de levadura en polvo (polvo de hornear)
1 cucharadita de vainillina

Para la crema de café:
200 ml. de café muy fuerte
140 g. de azúcar
25 g. de fécula de maíz (maicena harina de maíz)
4 cucharadas de ron
50 g. de nata (crema de leche) montada
100 g. de avellanas peladas
Un poco de aceite de almendras

Para la terminación:
50 g. de chocolate con leche
15-18 granos de café
4 cucharadas de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)

Para la placa del horno:
20 g. de mantequilla
10 g. de harina de trigo

Unte con mantequilla una placa de horno de 40 x 20 cm. aproximadamente y fórrela con papel vegetal. Unte también con mantequilla el papel y enharínelo.
Prepare la masa: separe las yemas de las claras. Ponga en un cuenco las yemas y la vainillina con 100 gramos de azúcar, trabájelas hasta obtener una mezcla suave y espumosa, e incorpore, poco a poco, la harina tamizada con la levadura.
En un cuenco aparte, monte las claras a punto de nieve y agréguelas delicadamente a la mezcla; viértala en la placa y distribúyala en una capa uniforme. Introduzca la placa en el horno, precalentado a temperatura media, y cocine la masa unos 15-20 minutos. Terminada la cocción, vuelque la placa sobre un paño limpio, ligeramente espolvoreado con el azúcar restante. Despegue con cuidado el papel, enrolle inmediatamente la masa en el paño y déjela enfriar.
Mientras tanto, prepare la crema: unte un mármol con un poco de aceite. Ponga en una cacerola 100 gramos de azúcar y 4 cucharadas de agua, acerque la cacerola al fuego y funda el azúcar. Retírela del fuego y agregue las avellanas; póngala de nuevo a fuego moderado y, mezclando con una cuchara de madera, continúe la cocción hasta que el azúcar presente un bonito color dorado.
Vierta la mezcla sobre el mármol y déjela enfriar; a continuación, córtela en trozos y páselos por la batidora. Póngala de nuevo en una cacerola y agregue el café, el azúcar restante y la maicena, disuelta con 1 cucharada de agua. Acerque la cacerola al fuego, lleve a ebullición y, mezclando continuamente, mantenga la cocción durante 4-5 minutos. Retire del fuego y deje enfriar.
Incorpore el ron a la crema y, delicadamente, la nata. Desenrolle la masa extendiéndola sobre el mismo paño y cúbrala con la crema, en una capa uniforme y dejando en los bordes un espacio sin cubrir de 1 centímetro.
Prepare la terminación: enrolle la masa sobre sí misma y espolvoree la superficie del rollo obtenido con el azúcar glass. Funda el chocolate en un cacito al baño María, introdúzcalo en un cono de papel vegetal con la punta cortada y, presionando, forme unos copitos de chocolate sobre la superficie del rollo, a una distancia regular entre sí. Decore cada copito con 3 granos de café y mantenga el dulce en el frigorífico durante 2 horas, antes de servirlo.



STRUDEL DE MANZANAS

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 20-25 porciones

Para la masa:
350 g. de harina de trigo
60 g. de mantequilla
1 cucharada de azúcar
1 huevo • 1 yema
Una pizca de sal
Agua

Para el relleno:
150 g. de mantequilla
300 g. de miga de pan
3 1/2 kgs. de manzanas, peladas
300 g. de azúcar
2 cucharadas de canela en polvo (molida)
100 g. de pasas sultanas
1 copa de ron oscuro
2 cucharadas de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)

Unte ligeramente con mantequilla una placa de horno y enharínela.
Prepare la masa: deje ablandar la

mantequilla a temperatura ambiente. Tamice la harina junto con la sal y el azúcar sobre una superficie de trabajo y déle forma de volcán. Vierta en el centro 6 ó 7 cucharadas de agua templada, el huevo, la yema y la mantequilla troceada, y amase con energía, golpeando la masa muchas veces sobre la mesa, hasta que esté elástica. Forme una bola, envuélvala en un paño ligeramente enharinado, tápela con un cuenco previamente calentado y déjela reposar unos 25 ó 30 minutos.

Mientras tanto, pele las manzanas y córtelas en rodajas muy finas. Espolvoréelas con el azúcar mezclado con la canela y las pasas. Caliente 100 g. de mantequilla en una sartén, añada la miga de pan, desmenuzada, y dórela. Cuando esté bien dorada, riéguela con el ron, y mézclela con las manzanas. Seguidamente, ponga la masa sobre un paño ligeramente enharinado. Extiéndala con el rodillo, y forme un rectángulo de medio centímetro de grosor. Con las manos enharinadas, estire uniformemente la masa hasta que quede muy fina, teniendo cuidado para no agujerearla, y recorte los bordes que hayan quedado más gruesos, con un cuchillo muy afilado. Vierta el preparado de manzanas sobre la masa estirada y distribúyalo en una capa uniforme, dejando un borde de 2 centímetros de masa al descubierto. Enrolle el strudel sobre sí mismo, con ayuda del paño, selle bien los bordes para que no se salga el relleno durante la cocción, y colóquelo delicadamente en la placa del horno.

Funda la mantequilla restante, pincele el strudel e introdúzcalo en el horno, precalentado a temperatura media, durante 1 hora, pincelándolo a menudo, con la mantequilla fundida restante. Retire del horno, déjelo templar y espolvoréelo con el azúcar glass. Sírvalo frío o templado.

TARTA DE LA ABUELA

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 10-12 personas

125 g. de harina de trigo
1 cucharadita de levadura en polvo (polvo de hornear)
125 g. de azúcar • 2 huevos
125 g. de mantequilla, ablandada

Para el relleno:
250 g. de mermelada (confitura, dulce) de fresa (amiésgado, fraga, frutilla, metra)

Para la terminación:
2 cucharadas de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)

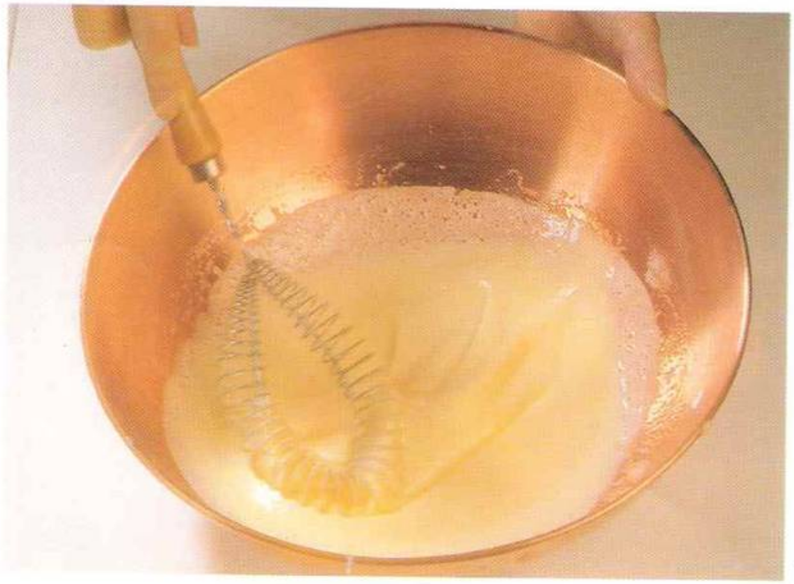
Unte un molde de 18 cm. de diámetro con mantequilla y enharínelo. Trabaje, en un cuenco, la mantequilla con el azúcar, hasta obtener una mezcla esponjosa; agregue los huevos de uno en uno e incorpore la harina tamizada con la levadura. Vierta la masa en el molde e introduzca en el horno precalentado a temperatura media unos 35-40 minutos. Retire del horno, deje reposar 5 minutos, desmolde y deje enfriar.
Corte el bizcocho en dos discos. Unte con la mermelada el disco inferior, coloque encima el disco restante y espolvoree la superficie con el azúcar glass.

BIZCOCHO DE FIESTA

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6-8 personas

2 huevos
100 g. de azúcar
6 yemas de huevo
50 g. de harina (de trigo)
1 cucharada de mantequilla (manteca, margarina)
Azúcar glass (en polvo, impalpable, glacé)
Miel (optativo)

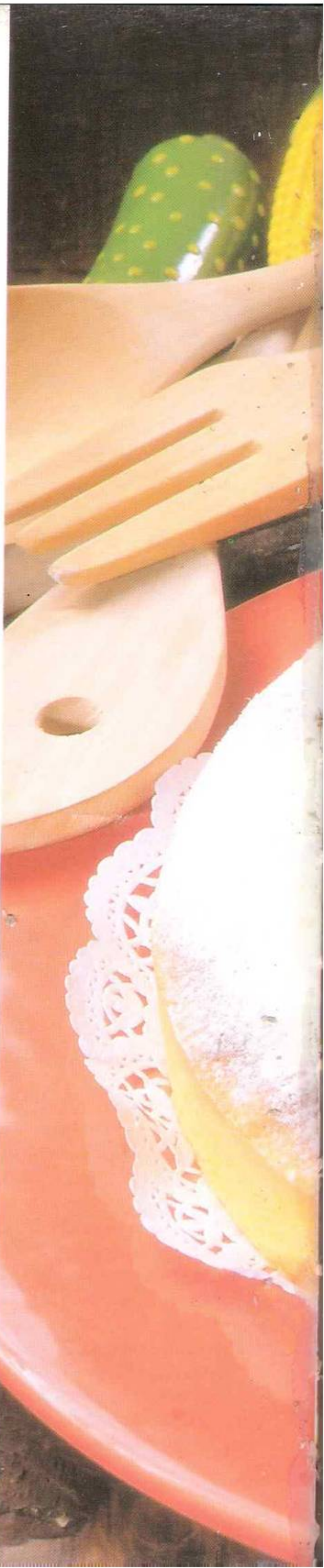
Casque los huevos en un cuenco, añada el azúcar y bata enérgicamente con un batidor, hasta que doblen su volumen y estén bien espumosos.
Incorpore las yemas y continúe batiendo durante 15 ó 20 minutos más. Si se utiliza un batidor eléctrico en lugar del manual, el tiempo se reducirá considerablemente.
Seguidamente, pase la harina por un colador o tamiz, para que se airee, y agréguela a los huevos, mezclando con mucho cuidado y con movimientos envolventes.
Engrase un molde redondo con la mantequilla, espolvoréelo con harina y vierta en él el preparado anterior. Introduzca en el horno, precalentado a temperatura media-alta y hornee durante 10-15 minutos o hasta que esté cocido.
Deje enfriar, desmóldelo y sirva espolvoreado con el azúcar glass y con miel.


1

2

3

Bata los huevos junto con el azúcar hasta que doblen su volumen (1). Incorpore las yemas y continúe batiendo (2). Agregue la harina, previamente tamizada, incorpórela, vierta en un molde engrasado y enharinado, y hornee (3).



BUÑUELOS DE CUARESMA

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8 personas

200 g. de harina de trigo
100 g. de mantequilla
6 huevos • 250 ml. de leche
La cáscara rallada de 1 limón
Una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo (polvo de hornear)
Aceite para freír
Azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)

Vierta la leche, la sal y la mantequilla en una olla puesta al fuego. Tamice la harina junto con la levadura e incorpórelas al recipiente, removiendo con una espátula de madera. Sin retirar la olla del fuego, continúe trabajando la masa hasta que esté totalmente homogénea. Retire del fuego y deje reposar la masa unos minutos.
A continuación agregue los huevos, de uno en uno, y sin dejar de trabajar la masa. Incorpore la cáscara rallada de limón y deje reposar durante un par de horas.
Seguidamente, ponga una sartén al fuego con el aceite y, cuando esté caliente, fría cucharadas de masa, confeccionando así los buñuelos. Una vez dorados, déjelos escurrir sobre papel absorbente de cocina. Espolvoréelos con azúcar glass y colóquelos en una bandeja de servir.

Nota: Los buñuelos pueden servirse rellenos. Para ello hay que hacerles un corte en un lado con unas tijeras o un cuchillo de sierra y rellenarlos de crema, mermeladas de frutas o nata.

CESTITOS DE CHOCOLATE

Microondas: SI
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6-8 personas

500 ml. de crema (nata) líquida
6 yemas de huevo
150 g. de azúcar
1 cucharada de café soluble
15 g. de gelatina en láminas

Para los cestitos de chocolate:
200 g. de chocolate blanco
100 g. de chocolate fondant

Prepare los cestitos: corte tiras de cartulina de 4 x 20 cm.; forme con cada tira un cilindro de unos 6 centímetros de diámetro sujetándolo con una grapa. Forre el interior con tiras de papel vegetal y póngalos sobre papel vegetal.
Trocee el chocolate blanco y fúndalo al baño María en una cacerolita, a fuego moderado. Con un pincel cubra con una capa muy fina de chocolate las paredes y el fondo de los moldecitos de cartulina. Deje reposar en un sitio fresco hasta que el chocolate se haya solidificado por completo.
Mientras tanto, prepare el postre: en un cuenco pequeño disuelva el café soluble en un poco de nata y resérvelo. En otro cuenco, monte el resto de la nata y déjela en el frigorífico; ponga en remojo la gelatina en un cuenco con agua fría. En otro cuenco, trabaje las yemas con el azúcar, hasta obtener una mezcla esponjosa; añada el café disuelto. Escurra del agua de remojo las hojas de gelatina, disuélvalas al baño María en un cacito e incorpórelas a la mezcla uniendo perfectamente todos los ingredientes. Retire la nata montada del frigorífico, incorpórela lentamente al compuesto y remueva.
Introduzca la mezcla preparada en una manga pastelera con boquilla lisa y rellene los cestitos de chocolate blanco. Déjelos reposar en el frigorífico durante 1 hora como mínimo.
En el momento de servir, retire con cuidado las cartulinas quitando las grapas con la ayuda de la punta de un cuchillo. Quite también, con cuidado, el papel vegetal y coloque los cestitos de chocolate en una fuente de servir.
Con un pelapatatas haga unos ricitos con la mitad del chocolate fondant; corte en trozos la otra mitad y fúndalo al baño María en un cacito. Con una hoja de papel vegetal haga un cono. Rellénelo con el chocolate fundido y decore las paredes de los cestitos. Coloque en el centro de cada uno, un montoncito de ricitos de chocolate fondant para completar la decoración. Mantenga en el frigorífico hasta el momento de servir.

EMPANADILLAS DE CHOCOLATE

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 24 empanadillas

Para la masa:
150 ml. de aceite de oliva
150 ml. de vino blanco
500 g. de harina de trigo
Sal • Aceite para freír

Para la crema de chocolate:
250 ml. de leche
2 yemas de huevo
50 g. de azúcar
1 1/2 cucharadas de fécula de maíz (maicena, harina de maíz)
75 g. de chocolate con leche, rallado

Para la terminación:
2 cucharadas de azúcar

Prepare la crema de chocolate: en una cacerola ponga a hervir la leche. Mientras tanto, en un cuenco trabaje las yemas con el azúcar mezclando, con una cuchara de madera, hasta obtener una mezcla homogénea; agregue la maicena y continúe removiendo. Incorpore la leche hirviendo, mezcle bien y vuelva a verter todo el compuesto en la cacerola; póngala al fuego, añada el chocolate, dé vueltas y lleve a ebullición; a continuación, deje cocinar a fuego lento durante aproximadamente 7-8 minutos sin dejar de remover. Retire la crema del fuego, viértala en un plato y espolvoree con azúcar para evitar que se forme una película seca en la superficie. Deje enfriar completamente.
Prepare la masa: en un cuenco vierta el aceite de oliva, el vino blanco y la sal; agregue la harina previamente tamizada, dando vueltas constantemente con una cuchara de madera, hasta formar una masa algo blanda.

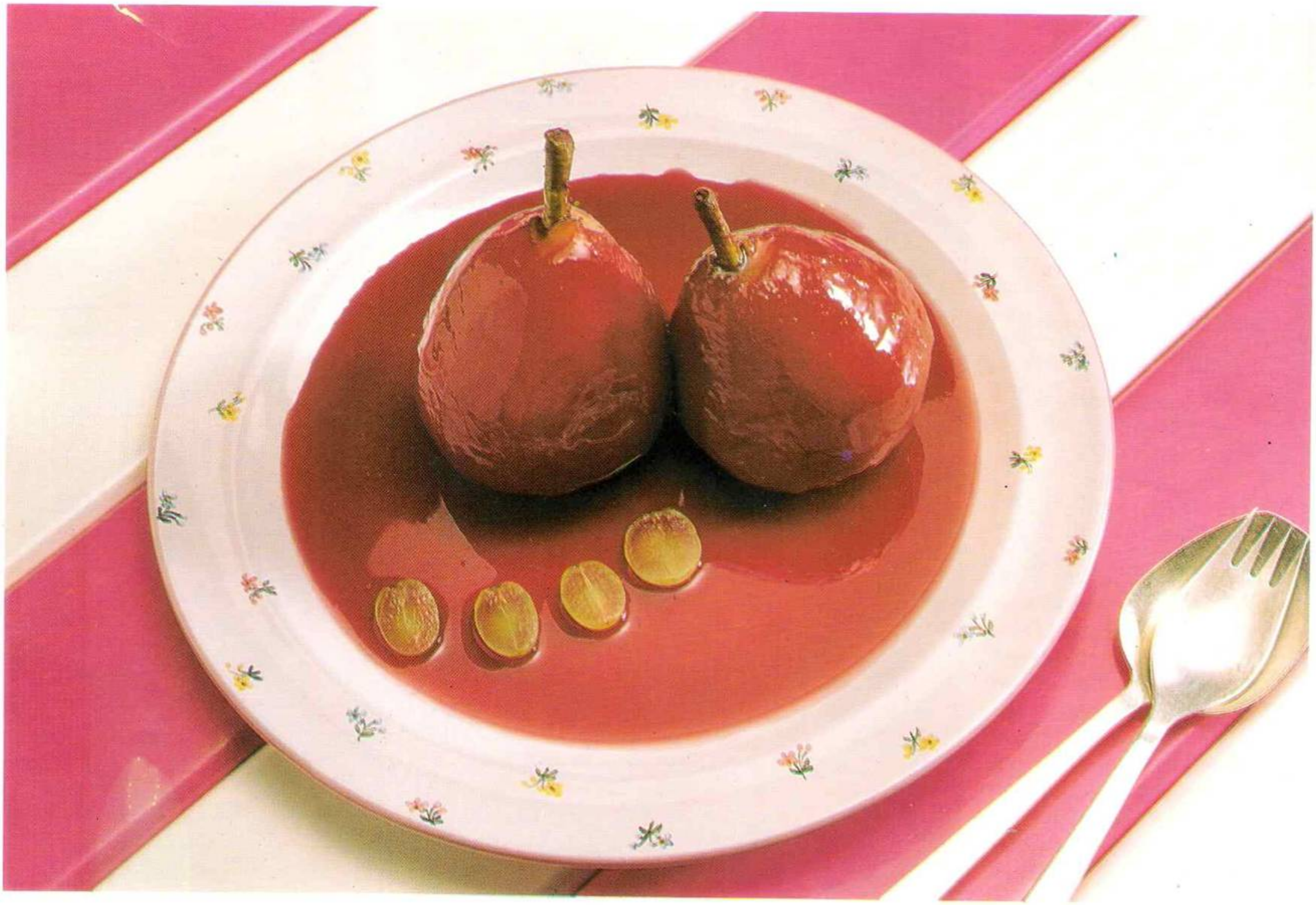
A continuación, estire la masa con el rodillo hasta obtener una lámina bien fina y corte unos discos con un cortapastas, de 8 ó 9 centímetros de diámetro. Coloque una cucharadita de la crema de chocolate en el centro de cada disco, y pliéguelos por la mitad. Selle los bordes presionando con un tenedor.
Fría las empanadillas en abundante aceite hasta que estén bien doradas; escúrralas con una espumadera y colóquelas sobre un papel absorbente de cocina para eliminar el exceso de aceite.
Espolvoree con el azúcar y disponga las empanadillas en una fuente de servir.

COQUITOS

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: CORTO
Para 4 personas

200 g. de coco rallado
100 g. de azúcar
2 huevos

En primer lugar, separe las yemas de las claras, vertiendo las yemas en un cuenco junto con el azúcar y bátalas bien, con ayuda de un batidor de varillas metálicas.
A continuación, agregue el coco rallado y las claras, previamente montadas, a punto de nieve bien firme, trabajando con cuidado para que no se bajen.
Seguidamente, vierta cucharadas de la mezcla en la placa del horno o en moldes individuales previamente humedecidos con unas gotas de aceite.
Por último, introduzca la placa en el horno, previamente calentado a temperatura alta, 5 minutos.



PERAS AL VINO TINTO

Microondas: SI
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8 personas

8 peras
250 g. de azúcar
250 ml. de agua
1 rajita (palito) de canela
750 ml. de vino tinto
125 ml. de crema (nata) líquida, para adornar (opcional)

En primer lugar y con un cuchillo afilado, pele las peras, teniendo mucho cuidado para no romper el rabito.

Seguidamente, vierta el azúcar y el agua en un cazo. Póngalo al fuego y deje cocer lentamente, sin dejar de remover con una cuchara de madera, hasta que el azúcar se disuelva y se haya formado un almíbar con una consistencia ligera.

A continuación, añada la canela, el vino y las peras, previamente preparadas y deje cocer a fuego lento hasta que las peras estén tiernas.

Finalmente, retire del fuego, deseche la canela y sirva las peras, frías o templadas, y si lo desea, bañadas con nata líquida.

CREMA HELADA AL CAFE

Microondas: SI
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: CORTO
Para 4 personas

100 ml. de leche
400 ml. de crema (nata) líquida
100 g. de azúcar
20 g. de café soluble
Unos granos de café, para adornar

Vierta en un cazo la leche y la nata, agregue el azúcar, póngalo a fuego moderado y lleve lentamente a ebullición, mezclando con una cuchara de madera, hasta que el azúcar esté completamente disuelto. A continuación, retire el cazo del fuego, añada el café soluble y mezcle bien; deje enfriar, dándole vueltas de vez en cuando para evitar que se forme una película en la superficie.

Cuando la mezcla esté completamente fría, viértala en la heladera y prográmela según el tiempo indicado en las instrucciones. Una vez preparado el helado, en caso de no utilizarlo de inmediato, viértalo en un recipiente con tapa hermética y manténgalo en el congelador hasta el momento de servirlo. Distribúyalo en copas y adórnelo con los granos de café.

MACEDONIA DE KIWI, PLATANO Y FRESAS

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6 personas

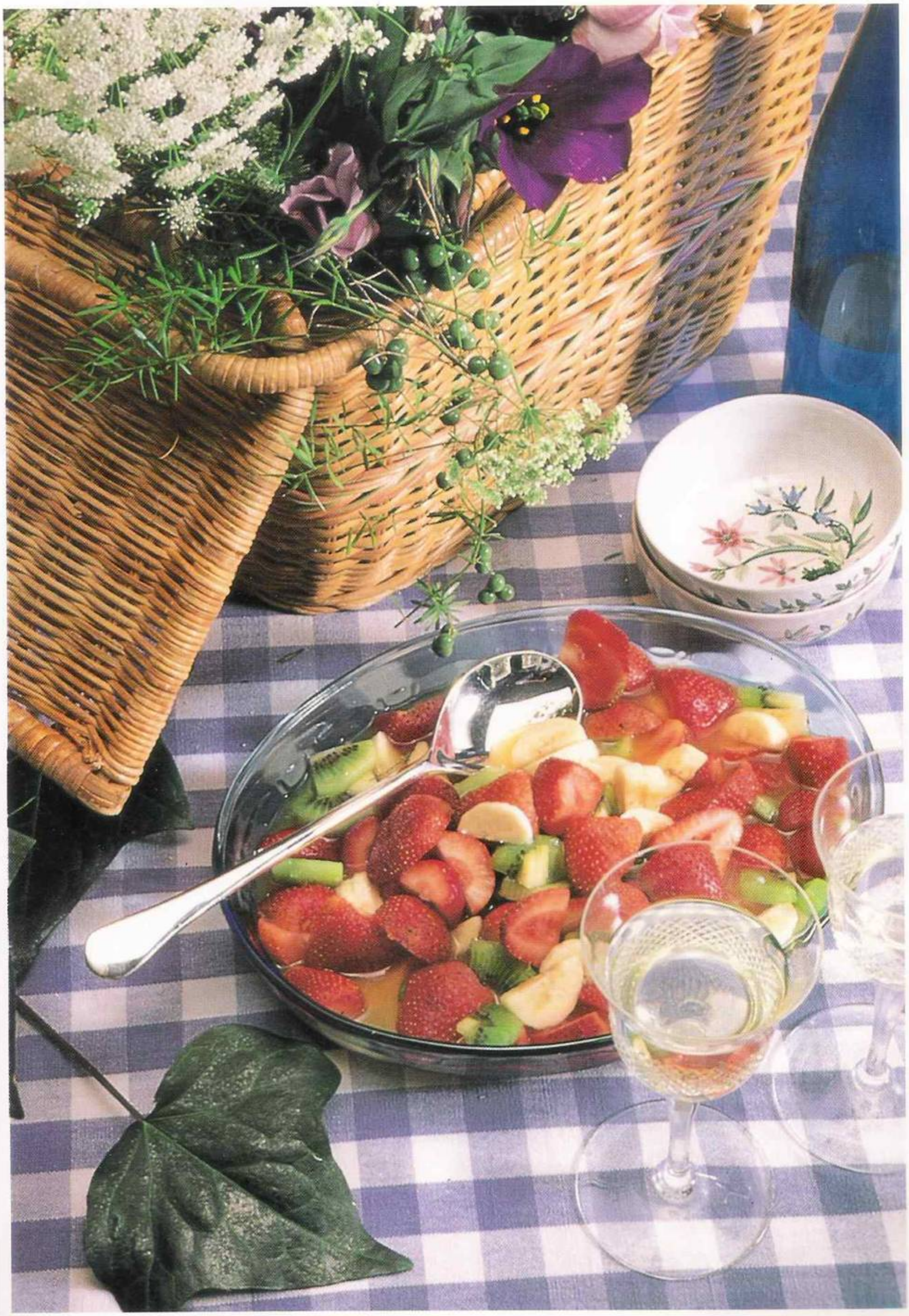
400 g. de fresas (amiésgado, fraga, frutilla, metra)
100 ml. de jugo (zumo) de naranja, filtrado
1 cucharada de azúcar
2 plátanos (banana, cambur)
2 cucharadas de jugo (zumo) de limón
2 kiwis

Corte las fresas por la mitad o en cuartos, dependiendo del tamaño de las mismas. Viértalas en un recipiente de porcelana o cristal, y rocíelas con el zumo de naranja previamente endulzado con la cucharada de azúcar. Tape perfectamente el recipiente, con hoja plástica transparente e introdúzcalo en la parte media del frigorífico durante 1 1/2 horas.

A continuación, pele los plátanos y córtelos primero por la mitad en sentido longitudinal, y después en trocitos de 1 centímetro aproximadamente de grosor. Viértalos en un recipiente aparte, rocíelos con el zumo de limón, previamente filtrado, tape el recipiente con hoja plástica transparente e introdúzcalo, como hizo anteriormente con las fresas, en la parte media del frigorífico durante 1 hora.

Mientras tanto, pele cuidadosamente los kiwis y, con ayuda de un cuchillo afilado, córtelos primero por la mitad, en sentido longitudinal, y a continuación en rebanadas.

Por último, cuando las frutas preparadas anteriormente estén maceradas, viértalas en una fuente de servir, junto con el jugo. Incorpore los kiwis y mezcle todo cuidadosamente.



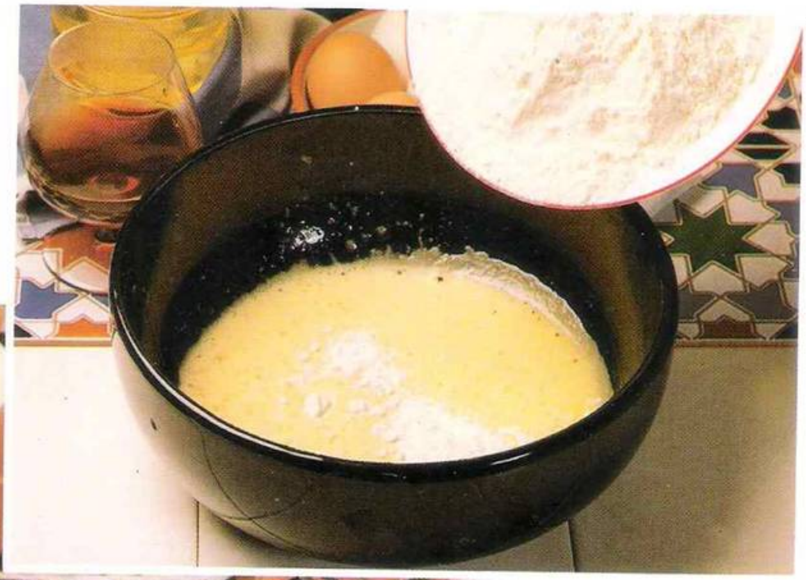
GAZNATES

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: MEDIO
Para 6 personas

6 yemas de huevo
1 cucharada de brandy (cognac)
1 cucharada de manteca de cerdo
Abundante aceite vegetal para freír
300 g. de dulce de leche
(ver receta en la página 35)
Harina de trigo

Bata las yemas en un cuenco hasta que resulten blanquecinas y espumosas; añada el brandy, mezcle y agregue harina, poco a poco, hasta obtener una masa que no se pegue a las manos.
Derrita la manteca, incorpórela a la masa y trabájela un poco más.
A continuación, extienda la masa con el rodillo en una lámina fina sobre una superficie enharinada y corte, con un cuchillo afilado o un cortador de pasta, rectángulos de 6 x 4 centímetros.

Humedezca 2 esquinas en diagonal y únalas presionando con los dedos para que se adhieran bien.
Caliente el aceite en una sartén al fuego y fría los gaznates hasta que estén dorados.
Déjelos enfriar, rellénelos con el dulce de leche y sírvalos.


1

2

Incorpore harina (1) a la mezcla de yemas y haga la masa. Extiéndala con el rodillo, corte rectángulos (2), forme los gaznates y fríalos (3) en el aceite. Por último, rellénelos con el dulce de leche (4) y sírvalos.

3

4

Seguidamente, prepare el bizcocho: forre una placa de horno de 30 x 40 centímetros aproximadamente, con papel vegetal y úntelo con mantequilla. Con un batidor de alambre, bata los huevos en un cuenco, hasta que estén espumosos. Incorpore el azúcar en forma de lluvia y siga batiendo hasta obtener una mezcla espesa y del doble de su volumen inicial. Agregue, poco a poco, la harina, previamente tamizada, con movimientos envolventes. Vierta la mezcla en la placa preparada y cocine en el horno, previamente calentado a temperatura alta, durante 8 minutos. Retire el molde del horno y deje enfriar el bizcocho completamente.
Retire con cuidado el papel vegetal y humedezca con un pincel la parte interior con el almíbar. Extienda la crema sobre el almíbar y enrolle el bizcocho sobre sí mismo, presionando ligeramente. Reserve en el frigorífico por lo menos durante 1 hora. Espolvoree con azúcar glass y, por último, corte el cilindro en porciones de 2 centímetros de ancho, y colóquelas en la fuente de servir.

PIONONO DE SANTA FE

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 10-12 personas

Para el bizcocho:
5 huevos
50 g. de azúcar
50 g. de harina de trigo

Para la crema:
250 ml. de leche
75 g. de azúcar • 1 yema
1 huevo entero
La cáscara de 1/2 limón
1 cucharada colmada de fécula de maíz (maicena, harina de maíz)

Para el almíbar:
50 g. de azúcar
100 ml. de agua
2 cucharadas de ron

Para la terminación:
2 cucharadas de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)

Prepare la crema: en un cacito ponga a hervir la leche con la cáscara de limón (sólo la parte amarilla). Mezcle en un cuenco, con una cuchara de madera, la yema, el huevo entero y el azúcar, agregue la maicena y mezcle bien. Vierta la leche hirviendo a través de un colador y remueva rápidamente para evitar que se formen grumos. Pase la mezcla a una cacerola y llévela a ebullición. Deje hervir a fuego bajo durante 7-8 minutos, sin dejar de remover. Retire del fuego y espolvoree con azúcar, para evitar que se forme una película en la superficie. Deje enfriar completamente.
Prepare el almíbar: ponga a hervir el azúcar con el agua en un cacito durante 10 minutos. Retire del fuego y, cuando se haya enfriado completamente, agréguele el ron.

CARLOTA AL LICOR

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8 personas

30 soletas (bizcochos de soletilla)
150 g. de miel
125 ml. de armagnac
150 g. de merengues
500 ml. de leche
6 yemas de huevo
20 g. de fécula de maíz (maicena, harina de maíz)

50 g. de harina de trigo
130 g. de azúcar
400 ml. de crema (nata) líquida
100 g. de azúcar glass
(impalpable, glacé, en polvo)

Pincele los bizcochos por la parte plana con la miel y por la parte abombada con el armagnac y vaya colocándolos en el contorno de un molde para carlota, con esta parte hacia afuera, reservando unos cuantos para cubrir la carlota. Trocee los merengues.

En una sartén de fondo grueso a fuego suave, prepare un caramelo con 30 gramos de azúcar y 1 ó 2 cucharadas de agua (si lo desea, puede añadir unas gotas de zumo de limón).

Remueva con una espátula de madera y deje cocer hasta que tenga un bonito color dorado.

En un cazo al fuego, ponga a cocer la leche. En una cacerola aparte, bata las yemas junto con el azúcar restante, hasta obtener una mezcla espumosa y blanquecina. Añada la harina, la maicena y, poco a poco y sin dejar de remover, la leche caliente. Ponga el recipiente al fuego, deje cocer 1 minuto, removiendo constantemente con una cuchara de madera e incorpore el caramelo. Deje enfriar totalmente.

Bata la nata con el azúcar glass, reservando un poco para adornar, hasta que espese y mezcle con la crema preparada.

En el molde ya preparado, forme una capa de trozos de merengue, báñelos con miel, cubra con una capa de crema, continúe así hasta que se agoten los ingredientes, reservando unos trozos de merengue para adornar, y termine con crema y los bizcochos reservados.

Introduzca en el frigorífico durante 2 horas por lo menos.

Por último, desmolde la carlota, adórnela con los merengues reservados, espolvoréela con el azúcar glass y sírvala.

ESPUMA BLANCA CON FRESAS

Microondas: SI
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: CORTO
Para 6 personas

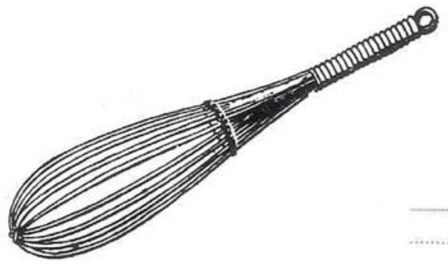
100 g. de azúcar • 1 l. de leche
4 cucharadas de fécula de maíz (maicena, harina de maíz)
Una pizca de sal
2 yemas de huevo
2 cucharadas de marrasquino
1 cucharadita de vainillina
20 g. de mantequilla
200 g. de fresas (amiésgado, fraga, frutilla, metra), para la terminación

Vierta en una cacerola el azúcar, la sal y la maicena; diluya con la leche, vertiéndola, poco a poco, y removiendo con un batidor de alambre. Lleve la mezcla a ebullición y déjela cocer unos 3 minutos. Trabaje ligeramente las yemas y dilúyalas con unas cucharadas de la mezcla preparada; viértalas en la cacerola y, siempre mezclando, continúe la cocción durante 4 minutos a fuego bajo. Retire la cacerola del fuego, añada la vainillina y vierta la crema en un molde cuadrado, humedecido con el marrasquino. Tápela con una hoja de papel de aluminio untado con mantequilla y, cuando la crema esté fría, introdúzcala en el frigorífico durante 4 horas, antes de desmoldarla sobre una fuente de servir.
Prepare la terminación: lave rápidamente las fresas en agua helada y séquelas. Con un cuchillo afilado, corte las bases de las fresas, elimine los rabitos y divídalas en rebanadas finas. Decore la base del dulce, disponiendo en el contorno, sobre la fuente, 2 hileras de rebanaditas de fresa ligeramente superpuestas, y coloque en el centro del dulce las rebanaditas restantes, formando una flor.

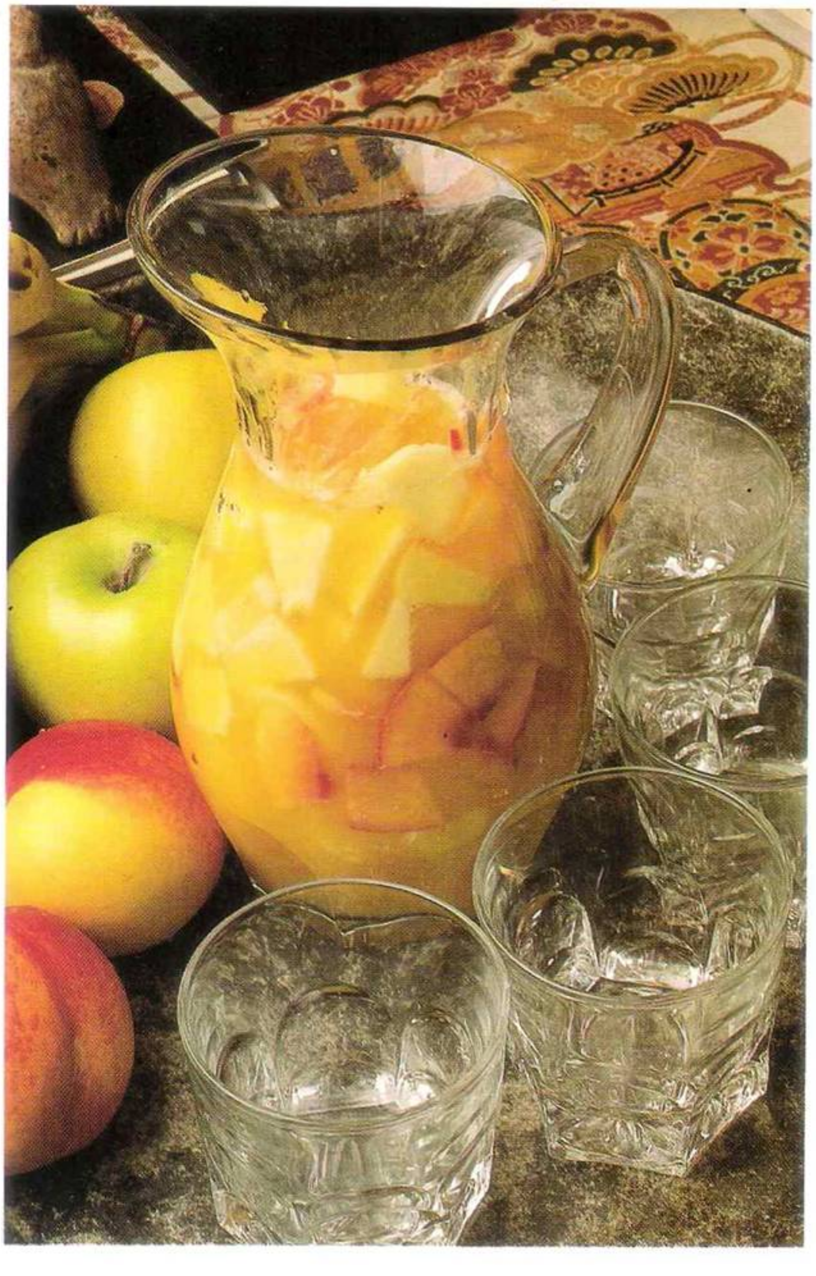
CLERICO AL WHISKY

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: CORTO
Para 4-6 personas

200 ml. de whisky
100 ml. de jugo (zumo) de naranja
4 cucharadas de azúcar
200 ml. de agua de soda
200 ml. de mistela (vino dulce)
4 duraznos (melocotones)
3 plátanos (banana, cambur)
2 manzanas • Hielo picado



Pele y trocee los melocotones, las manzanas y los plátanos.
A continuación, vierta todas las frutas troceadas en una jarra grande. Añada todos los ingredientes restantes y mezcle bien.
Incorpore hielo picado, y remueva para que tanto las frutas como el líquido estén bien fríos, antes de servir.



GRANIZADO DE FRAMBUESAS

Microondas: SI
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: CORTO
Para 4-6 personas

150 ml. de licor de frambuesas (moras)
125 g. de azúcar
1 rajita (palito) de canela
Unas grosellas (casis) rojas y unas grosellas (casis) negras, para adornar

Vierta en un cazo 2 decilitros de agua y agregue la canela y el azúcar; ponga el cazo al fuego, lleve la mezcla a ebullición, lentamente, y déjela hervir durante aproximadamente unos 2-3 minutos, mezclando constantemente con una cuchara de madera, hasta que el azúcar esté completamente disuelto y el almíbar tenga una consistencia espesa y transparente. Retire el cazo del fuego, deje enfriar completamente el almíbar obtenido y deseche la canela en rama.
Cuando el almíbar esté completamente frío añádale el licor de frambuesas, remueva con la cuchara de madera, para mezclar bien ambos ingredientes y vierta en una heladera. Póngala en funcionamiento y haga girar las espátulas 8-10 veces; apague la heladera durante 30 segundos. Accione de nuevo las espátulas 8-10 veces y apague. Continúe de esta manera hasta que el granizado esté listo.
Lave rápidamente las grosellas rojas y negras en agua helada, séquelas delicadamente con un paño de cocina y desgránelas.
Por último, vierta el granizado preparado en una fuente honda y adórnelo, distribuyendo, de forma decorativa, sobre la superficie, los granos de grosellas preparados.

HELADO DE PISTACHO

Microondas: NO

Congelación: SI

Tiempo de elaboración: CORTO

Para 1 litro

120 g. de pistachos (alfóncigo, pistache) pelados
30 g. de almendras peladas
200 g. de azúcar
750 ml. de leche
6 yemas de huevo

Ponga los pistachos y las almendras, pelados, junto con la mitad del azúcar en el molinillo o robot, y triture todo rápidamente para que las almendras no suelten aceite.

A continuación, vierta la leche en una cacerola. Añada el preparado anterior y ponga al fuego. Cuando la mezcla rompa a hervir, retírela del fuego, tape la cacerola y deje enfriar durante aproximadamente unos 30 minutos.

Mientras tanto, bata las yemas con el azúcar restante en un cuenco grande, hasta que estén cremosas.

Seguidamente, cuele la leche con pistachos, sobre las yemas batidas y vierta en un recipiente. Póngalo al fuego y deje cocer a fuego suave, removiendo constantemente, hasta que la mezcla esté cremosa. Retire del fuego, y continúe batiendo, para que baje la temperatura.

Una vez frío el batido, viértalo en la heladera, y programe siguiendo las instrucciones del fabricante.

Sírvalo en copas, adornándolas, si lo desea, con algún pistacho.

TARTA DE SANTIAGO

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 10-12 personas

175 g. de harina de trigo
4 huevos
4 cucharadas de agua
125 g. de mantequilla
250 g. de almendras molidas
250 g. de azúcar
La cáscara rallada de 1 limón

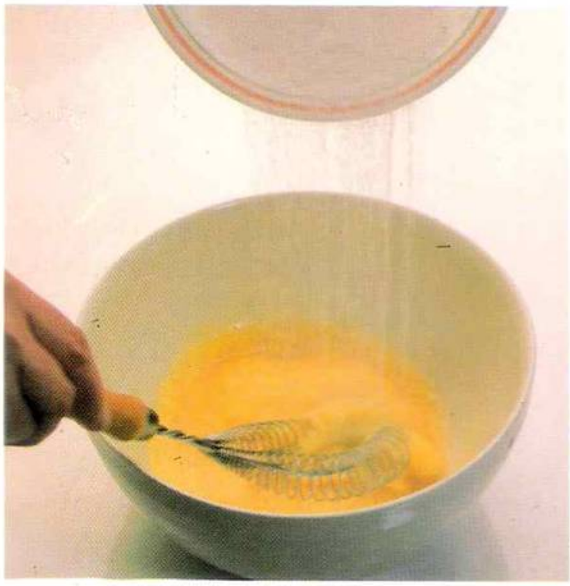
Para la terminación:
2 cucharadas de azúcar glass (impalpable, glacé, en polvo)

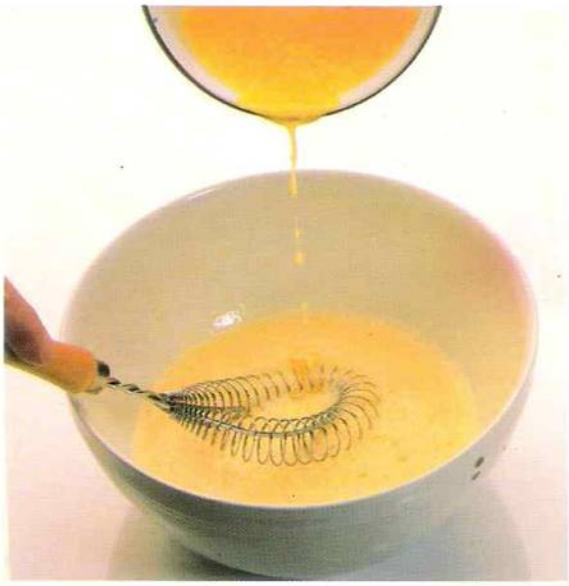
Unte, de manera uniforme, con mantequilla un molde y enharínelo ligeramente. En un cazo derrita la mantequilla al baño María.

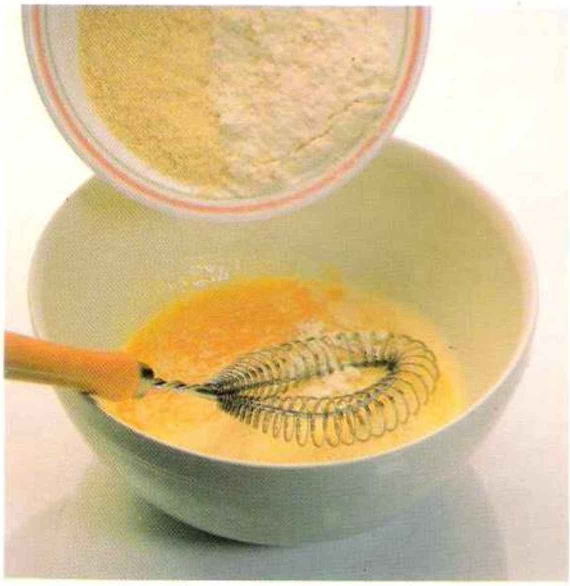
Mientras tanto, bata en un cuenco los huevos junto con las cuatro cucharadas de agua, trabajando con un batidor de varillas metálicas, hasta obtener una mezcla suave y esponjosa; agregue la cáscara rallada de limón y el azúcar. Incorpore la mantequilla, previamente derretida y templada, y continúe batiendo durante unos minutos más hasta que todos los ingredientes estén completamente unidos. Añada, poco a poco, la harina tamizada y las almendras molidas, y mezcle delicadamente.

A continuación, vierta la masa preparada en el molde y cocine la tarta en el horno previamente calentado a temperatura media, durante 40 minutos. Transcurrido este tiempo, retire del horno, deje enfriar 5 minutos y desmolde.

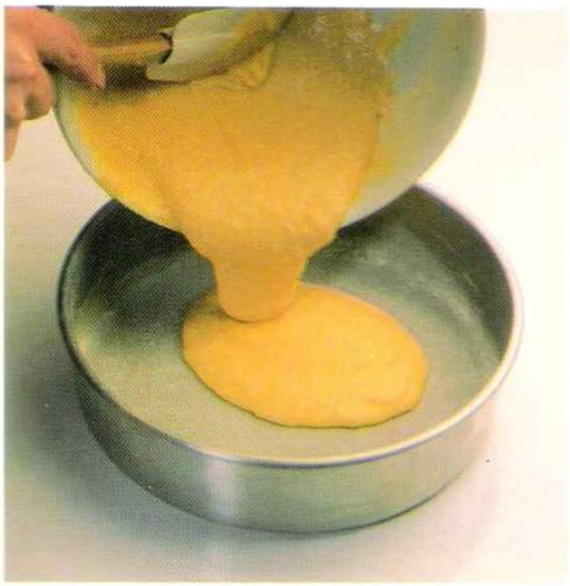
Por último, tome una concha, póngala sobre el bizcocho, espolvoree con el azúcar glass, pasándolo a través de un colador, y retire con cuidado la concha para no estropear la figura. Si lo desea puede servirla acompañada de salsa de frambuesa o simplemente de nata montada.

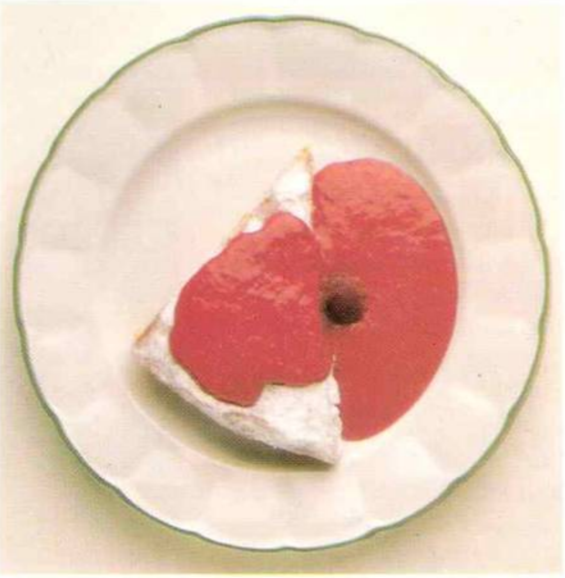

1


2


3

Bata los huevos con el azúcar, el agua y la ralladura de limón (1); agregue la mantequilla derretida (2); incorpore la harina y las almendras (3) y vierta en el molde untado con mantequilla y enharinado (4). Si lo desea puede acompañar la tarta con salsa de frambuesa (5).


4



HIGOS EN ALMIBAR

Microondas: NO
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 1 kg. de higos

1 kg. de higos (tunas, brevas)
Azúcar
750 ml. de agua
1 rajita (palito) de vainilla

Cueza los higos unos minutos, escúrralos, pínchelos con un palillo y péselos. Pese la misma cantidad de azúcar y póngala en una cacerola de cobre o en su defecto, en una de fondo grueso. Cubra el azúcar con el agua, añada la vainilla y ponga la cacerola al fuego. Cuando la mezcla haya cocido 5 minutos incorpore los higos, deje que den un hervor y retírelos del fuego, dejándolos en su almíbar. Repita esta operación los días que sean necesarios hasta que los higos estén bien impregnados de almíbar y éste esté ligeramente espeso.
Por último, déles un hervor final y sírvalos con su almíbar o, si lo prefiere, puede envasarlos en frascos de cristal herméticos, hasta que los vaya a consumir.

Nota: Cada día, después de hervirlos, hay que cambiarlos con su almíbar a un recipiente de vidrio.

ROSA DE NARANJAS

Microondas: SI
Congelación: SI
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 8-10 personas

1 bizcocho de 22 cm. de diámetro
(ver receta en la página 24)
3 naranjas grandes
50 g. de azúcar

Para el relleno:
250 ml. de leche
100 g. de azúcar • 2 yemas
2 cucharadas de fécula de maíz
(maicena, harina de maíz)
250 ml. de crema (nata) líquida
15 g. de gelatina en láminas
75 ml. de Cointreau

Para la terminación:
100 ml. de crema (nata) líquida
1 cucharada de azúcar glass
(impalpable, glacé, en polvo)

Forre el fondo de un molde de 22 centímetros de diámetro con un disco de papel de aluminio del mismo tamaño que el molde.
En una cacerola grande, vierta el azúcar con 200 mililitros de agua y póngala al fuego hasta que el azúcar esté completamente disuelto.
Mientras tanto, lave bien las naranjas, séquelas, córtelas en rodajas finas e introdúzcalas en la cacerola con el almíbar hirviendo. Cuézalas durante unos minutos

hasta que estén tiernas pero sin que lleguen a deshacerse; escúrralas, reservando el almíbar y corte 3-4 rodajas por la mitad. Forre el molde, comenzando con las rodajas enteras, de manera que la mitad de cada una de ellas cubra la pared y la otra mitad el fondo del molde; disponga en el centro las rodajas divididas por la mitad en forma de molinete y reserve hasta el momento de su utilización.

Prepare la crema del relleno: en una cacerola, vierta la leche y llévela a ebullición. En un cuenco, bata las yemas con el azúcar y la maicena hasta obtener una mezcla blanquecina; agregue, poco a

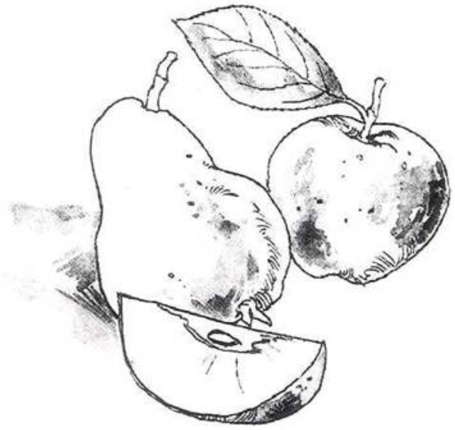
poco, la leche hirviendo removiendo con una cuchara de madera. Vierta la mezcla en la cacerola y lleve a ebullición; baje la llama al mínimo y continúe la cocción durante 7-8 minutos; retírela del fuego, agregue el licor, mézclelo y deje enfriar la crema.

Ponga la gelatina en remojo; una vez ablandada, escúrrala y disuélvala en 100 mililitros del almíbar caliente reservado. En un cuenco, monte la nata e incorpórela delicadamente a la crema fría, agregue la gelatina disuelta y mezcle hasta que los ingredientes estén bien unidos.

Prepare la tarta: divida horizontalmente el bizcocho en dos discos; vierta la mitad de la crema sobre las rodajas de naranja del molde, coloque encima un disco de bizcocho, cúbralo con la crema restante y, por último, disponga el otro disco de bizcocho, presionando ligeramente para que las capas de bizcocho y crema queden bien adheridas. Introduzca el molde en el frigorífico y déjelo al menos durante una hora.

Retire el molde del frigorífico y desmolde la tarta en una fuente de servir. Monte la nata junto con el azúcar glass, introdúzcala en una manga pastelera con boquilla rizada y forme conchitas en la base del dulce.

Por último, complete la decoración con algunos copitos de nata por la parte superior. Mantenga la tarta en el frigorífico hasta el momento de servirla.



TARTA DE FRUTAS FRESCAS

Microondas: NO
Congelación: NO
Tiempo de elaboración: LARGO
Para 6-8 personas

Para la masa sablée:
100 g. de mantequilla
75 g. de azúcar
1 huevo
Una pizca de sal
150 g. de harina de trigo

Para la crema de almendras:
250 g. de almendras trituradas
80 g. de amaretti (galletas de almendra), triturados
1 huevo • 1 yema
100 g. de azúcar
125 g. de mantequilla, ablandada a temperatura ambiente
2 cucharadas de ron oscuro
1 cucharada de ralladura de limón

Para el relleno:
Frutas frescas, según la estación (fresas, duraznos, kiwis, chabacanos, frambuesas, moras, etc.)
2 cucharadas de mermelada (confitura, dulce) de chabacano (albaricoque)
1 cucharada de agua

Prepare la masa sablée: vierta en el robot la mantequilla, el azúcar, el huevo y la sal. Bata ligeramente, añada la harina, de golpe, y bata unos segundos más. (También puede prepararse a mano). Vierta la masa sobre una superficie fría, preferiblemente un mármol, y amase, con las palmas de las manos, hasta que resulte homogénea. Esta operación deberá hacerla rápidamente, para que no se caliente la masa. Introdúzcala en el frigorífico y refrigere durante 30 minutos.

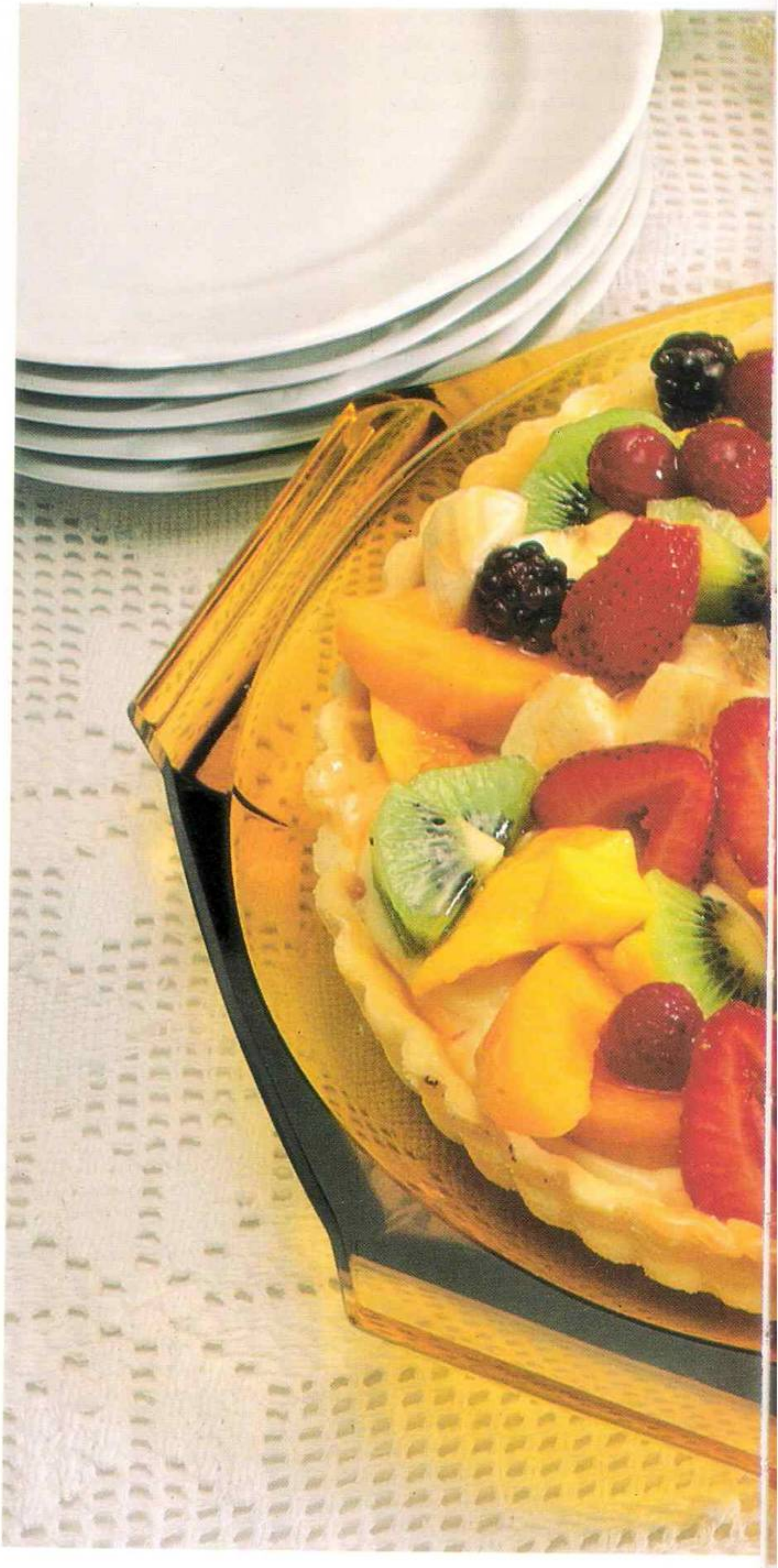
Mientras tanto, prepare la crema de almendras: vierta todos los ingredientes en la batidora o el robot, y bata hasta que resulte una pasta cremosa y homogénea. Tápela e introdúzcala en el frigorífico hasta el momento de su utilización.

A continuación, extienda la masa sablée con el rodillo hasta que tenga un grosor de 3 milímetros, y forre con ella un molde redondo desmontable. Introduzca el molde en el frigorífico y refrigere durante 30 minutos.

Seguidamente, retire del frigorífico, pinche con un tenedor el fondo de la masa, cúbrala con papel encerado, llene la tartaleta de legumbres crudas para que su peso no deje subir la masa e introduzca en el horno, previamente calentado a temperatura media, durante 15 ó 20 minutos. Retire las legumbres y el papel y hornee 15 minutos más.

Retire la canastilla del horno, rellénela con dos tercios de la crema de almendras y hornéela 10 minutos más. Retírela definitivamente del horno, deje enfriar ligeramente y desmóldela. Rellene con la crema de almendras restante y cubra ésta con las frutas elegidas, troceadas.

Por último, caliente la mermelada junto con el agua en un cacito. Cuélela y barnice las frutas con la mermelada.



Indice de recetas

Alfajores, **60-61**

Bisquets de naranja, **58**
Bisquets supremos (receta base), **58**
Bizcocho básico, **24**
Bizcocho de fiesta, **72-73**
Bizcocho koskero, **66-67**
Bollitos de Devonshire, **33**
Brazo de gitano al café, **70**
Buñuelos de cuaresma, **74**
Buñuelos de viento, **36-37**

Carlota al licor, **80**
Cerezas en hojaldre, **68**
Cestitos de chocolate, **74**
Cisnes con crema, **52**
Clericó al whisky, **82**
Cocas de San Juan, **30-31**
Conchas de té, **40**
Coquitos, **75**
Crema de café, **29**
Crema de chocolate, **29**
Crema de naranja, **35**
Crema de yema, **29**
Crema helada al café, **76**
Crema pastelera, **29**
Croissants, **57**

Donas de levadura, **32**
Dulce de leche, **35**

Empanadillas de chocolate, **75**
Espuma blanca con fresas, **82**

Flanes de limón y zarzamoras, **63**

Gaznates, **78-79**
Granizado de frambuesas, **82**

Helado de pistacho, **83**
Helado de turrón, **34**
Higos en almíbar, **86**
Hojaldre, **27**

Macedonia de kiwi, plátano y fresas, **77**
Magdalenas, **48-49**
Masa para brioche, **28**
Masa quebrada básica, **26**
Mousse de chocolate blanco, **69**
Mousse de manzana, **63**
Mousse de toronja con salsa de fresas, **38**

Natillas con merengue, **46-47**

Pasta choux, **25**
Pastel de avellanas y zanahorias, **40**
Pastitas de pasas, **63**
Pavlova de maracuyá, **63**
Peras al vino tinto, **76**
Pionono de Santa Fe, **80**
Punta de diamante, **38**

Rosa de naranjas, **86**
Rosas fritas, **51**
Rosca al limón con pasas, **52**

Sandwiches de chocolate y menta, **54-55**
Soufflés de clementinas, **50**
Strudel de manzanas, **70**

Tarta de ciruelas, **53**
Tarta de chocolate, **59**
Tarta de duraznos, **64**
Tarta de frutas frescas, **88**
Tarta de la abuela, **71**
Tarta de manzanas y zarzamoras, **42-43**
Tarta de miel, **53**
Tarta de nueces ,**41**
Tarta de plátanos y chabacanos, **57**
Tarta de queso con chabacanos, **65**
Tarta de Santiago, **84-85**
Tarta Hawai, **45**
Tarta otoñal de cumpleaños, **68**
Tarta tatín de mango, **44**
Tronco de Navidad, **50**

Para una información más completa, hemos añadido en cada receta, datos relativos a las posibilidades de congelación del plato una vez preparado; esto viene indicado por el término **SI** a continuación de la palabra **CONGELACION**. En caso contrario, el término usado será **NO**.

Asimismo, en el caso de que la receta pueda prepararse con la ayuda de un horno microondas, para lo que deberá seguir las instrucciones del fabricante del aparato o guiarse por su experiencia, hemos puesto el término **SI**, a continuación de la palabra **MICROONDAS**. Si no es aconsejable la utilización de dicho sistema, el término usado será **NO**.

Con el objeto de indicar los tiempos aproximados de preparación y cocción de cada receta, hemos señalado con **TIEMPO: CORTO** aquellas recetas que requieran menos de 20 minutos en total. La indicación **TIEMPO: MEDIO**, significa una duración del proceso, inferior a 40 minutos y en el caso de **TIEMPO: LARGO**, nos encontraremos con tiempos superiores a los 45 minutos.

Por último señalar, que la indicación en una receta de **BAJA EN CALORIAS** significa que cada ración contiene menos de 250 calorías. La cantidad de raciones de cada receta está indicada en último lugar.

Diccionario de términos culinarios

Abatí = guate, maíz, mijo
Aguacate = palta, panudo, sute
Albaricoque = chabacano, damasco, prisco
Alfóncigo = pistache, pistacho
Almendra garapiñada = praliné
Amiésgado = fraga, fresa, frutilla, metra
Ananá = piña
Azúcar en polvo = azúcar glacé, azúcar glass, azúcar impalpable
Azúcar glacé = azúcar en polvo, azúcar glass, azúcar impalpable
Azúcar glass = azúcar en polvo, azúcar glacé, azúcar impalpable
Azúcar impalpable = azúcar en polvo, azúcar glacé, azúcar glass
Azúcar moreno = azúcar negro
Azúcar negro = azúcar moreno
Azucarillo = bolado, terrón

Banana = cambur, plátano
Batata = boniato, camote, papa dulce
Biscote = bizcocho, bizcochuelo
Bizcocho = biscote, bizcochuelo
Bizcocho de soletilla = soleta
Bizcochuelo = biscote, bizcocho
Bolado = azucarillo, terrón
Boniato = batata, camote, papa dulce
Brandy = cognac
Breva = higo, tuna

Cacahuate = cacahuete, cachuey, maní
Cacahuete = cacahuate, cacahuey, maní
Cacahuey = cacahuate, cachuete, maní
Cacao = cocoa
Cambur = banana, plátano
Camote = batata, boniato, papa dulce
Canela en polvo = canela molida
Canela molida = canela en polvo
Casis = grosella
Cereza = guinda, picota
Ciruela pasa = ciruela seca
Ciruela seca = ciruela pasa
Clavo de especia = clavo de olor
Clavo de olor = clavo de especia
Cocoa = cacao
Cognac = brandy
Cojatillo = jengibre
Confitura = dulce, mermelada
Crema de leche = nata
Crema líquida = nata líquida

Chabacano = albaricoque, damasco, prisco
Chirimoya = guanábana
Choclo = elote, maíz tierno
Chuchoca = polenta, sémola de maíz
Chunio = natilla

Damasco = albaricoque, chabacano, prisco
Dulce = confitura, mermelada
Durazno = melocotón

Elote = choclo, maíz tierno

Fécula de maíz = harina de maíz, maicena
Fraga = amiésgado, fresa, frutilla, metra
Frambuesa = mora
Fresa = amiésgado, fraga, frutilla, metra
Fruta abrillantada = fruta cristalizada
Fruta confitada = fruta seca
Fruta cristalizada = fruta abrillantada
Fruta seca = fruta confitada
Frutilla = amiésgado, fraga, fresa, metra

Girasol = mirasol
Grosella = casis
Guanábana = chirimoya
Guate = abatí, maíz, mijo
Guinda = cereza, picota

Harina = harina de trigo
Harina de maíz = fécula de maíz, maicena
Harina de trigo = harina
Helado = nieve, sorbete
Hierbabuena = menta fresca, yerbabuena
Higo = breva, tuna
Hojaldre = milhoja
Huesillo = orejón

Jengibre = cojatillo
Jugo = zumo

Levadura en polvo = polvo de hornear

Macís = nuez moscada
Maicena = fécula de maíz, harina de maíz
Maíz = abatí, guate, mijo
Maíz tierno = choclo, elote
Mamón = papaya
Mandioca = tapioca, yuca
Maní = cacahuate, cacahuete, cacahuey
Manteca = mantequilla, margarina
Mantequilla = manteca, margarina
Margarina = manteca, mantequilla
Mazorca = panocha
Melocotón = durazno
Menta fresca = hierbabuena, yerbabuena
Mermelada = confitura, dulce
Metra = amiésgado, fraga, fresa, frutilla
Mijo = abatí, guate, maíz
Milhoja = hojaldre
Mirasol = girasol
Mora = frambuesa

Nata = crema de leche
Nata líquida = crema líquida
Natilla = chunio
Nieve = helado, sorbete
Nuez moscada = macís

Orejón = huesillo

Palito = rajita, ramita
Palta = aguacate, panudo, sute
Pamplemusa = pomelo, toronja
Pan integral = pan negro
Pan negro = pan integral
Panocha = mazorca
Panudo = aguacate, palta, sute
Papa dulce = batata, boniato, camote
Papaya = mamón
Pasita = uva pasa
Picota = cereza, guinda
Piña = ananá
Pistache = alfóncigo, pistacho
Pistacho = alfóncigo, pistache
Plátano = banana, cambur
Pocillo de café = taza de café
Polenta = chuchoca, sémola de maíz
Polvo de hornear = levadura en polvo
Pomelo = pamplemusa, toronja
Praliné = almendra garapiñada
Prisco = albaricoque, chabacano, damasco

Quesillo = requesón, ricota

Rajita = palito, ramita
Ramita = palito, rajita
Requesón = quesillo, ricota
Ricota = quesillo, requesón

Sémola de maíz = chuchoca, polenta
Soleta = bizcocho de soletilla
Sorbete = helado, nieve
Sute = aguacate, palta, panudo

Tapioca = mandioca, yuca
Taza de café = pocillo de café
Terrón de azúcar = azucarillo, bolado
Toronja = pamplemusa, pomelo
Tuna = breva, higo

Uva pasa = pasita

Yerbabuena = hierbabuena, menta fresca
Yuca = mandioca, tapioca

Zumo = jugo